

ایران شکایت خود از روسیه درباره «اس ۳۰۰» را پس گرفت

صفحه ۴



تبلیغات اصلاح طلبان شروع می شود

علی صوفی گفت: سند اتحاد اصلاح طلبان مختص شهر تهران تشکیل شده ... صفحه ۳



سعودی ها دچار توهم شده اند

رئیس قوه قضاییه با اشاره به رفتارهای غیرعقلانه سعودی ها و تحرکات ... صفحه ۳



دشمنان برای انتخابات طمع کرده اند

سختگویی جمعیت ایثارگران با ابراز اینکه دشمنان به خیال باطل خود در ... صفحه ۳



بایک بی عقلی تحریم درست می شود

حجت الاسلام والمسلمین حسن روحانی در مراسم بهره برداری از مراحل ۱۵ و ۱۶ پارس جنوبی با اشاره به اینکه تحریم درست کار ساده ای است و بایک بی عقلی تحریم درست می شود گفت: برداشتن تحریم و تعامل سخت است. خراب کردن و آتش زدن که کاری ندارد، ساختن کار مهمی است. رئیس جمهور با اشاره به اینکه با دعوا، اختلاف و افراطی گری به هیچ جانی رسیم تاکید کرد: همه باید متحد شویم تا انتخابات صحنه رقابت آزاد با اخلاقی و درست و عاقلانه باشد. وی در ادامه افزود: انتخابات جای تهمت و تحقیر نیست چرا واقعیت را به مردم نگوئیم؟ برای چه دولت منتخب مردم را تخریب کنیم؟ دروغ که واضح می شود. کسی نمی تواند در بلندمدت به مردم دروغ بگوید ... صفحه ۳

پایان هنر نمایی شمسایی؟!

همانند دیگر شغل ها، بازی شمسایی در فوتبال هم وجود دارد اما سن آن متفاوت است. برخی ها خیلی زود و برخی ها خیلی دیر از بازی کردن بازی شمسایی می شوند. در این بین بعضی ها پس از بازی شمسایی در کسوت مربی روی نیمکت می نشینند ... صفحه ۷



دوشنبه ۲۱ دی ماه ۱۳۹۴ | ۳۰ ربیع الاول ۱۴۳۷ | ۱۱ ژانویه ۲۰۱۶ | اوقات شرعی: اذان صبح: ۵:۴۴ | اذان ظهر: ۱۲:۱۲ | غروب آفتاب: ۱۷:۰۹ | اذان مغرب: ۱۷:۲۹

برخی بی عدالتی ها تحت عنوان حفظ نظام توجیه می شود

علی مطهری در نطق میان دستور خود در جلسه علنی امروز مجلس در خصوص موضوع عربستان با تاکید بر این که «پاسخ گستاخی عربستان را باید در یمن، سوریه، عراق و بحرین و نیز با اجرای برجام داد»، اظهار کرد: عربستان از اینکه ایران با منابع غنی ثروت و نیروی انسانی متخصص فراوان از انزوا خارج و به حالت طبیعی باز گردد، خصوصا با نفوذ معنوی و ایدئولوژیک ایران در جهان اسلام، به شدت نگران است و شاید با الهام از دوست دیرینه اش اسرائیل خواب هایی برای ایران دیده است، به هوش باشیم و ... صفحه ۳



آغاز شمارش معکوس برای فرار سیدن روز اجرای توافق هسته ای و لغو تحریم ها

نفس های آخر تحریم

صفحه ۲



برجام، نتایج فراوانی در تغییر معادلات منطقه دارد

گرهارد شرودر، صدر اعظم پیشین آلمان با محمد جواد ظریف، وزیر خارجه کشورمان پیرامون تحولات روابط دو جانبه و منطقه بحث و تبادل نظر کردند. ظریف با اشاره به نزدیک شدن به مراحل نهایی برجام اظهار داشت: ما با نهایی شدن برجام وارد مرحله جدید مناسبات خود با آلمان خواهیم شد و تطبیق برجام، نتایج فراوانی در تغییر معادلات منطقه به سمت صلح و توسعه به همراه خواهد داشت. وزیر امور خارجه کشورمان با تبیین ... صفحه ۲

«برجام» یک گام به اجرا نزدیک تر می شود

آژانس بین المللی انرژی اتمی این هفته گزارش تأیید نهایی اجرای تعهدات ایران بر اساس برجام را منتشر می کند. آژانس براساس توافقاتی که پیش تر صورت گرفته بود، موظف است این گزارش را ارائه دهد. آن گونه که پیش از این اعلام شده بود، همزمان با انتشار گزارش نهایی آژانس، محمدجواد ظریف، وزیر خارجه ایران و فدریکا موگرینی، مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا، با صدور بیانیه ای مشترک اجرایی شدن برجام را ... صفحه ۴

همه تحریم ها لغو می شود

مجید تخت روانچی امروز دوشنبه در نشست اعضای هیات رئیسه اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی ایران و مدیران عامل بانک ها گفت: با اجرای برجام همه تحریم های اقتصادی، تجاری و بانکی لغو می شود. وی افزود: همه تحریم های اتحادیه اروپا و آمریکا، چه تحریم هایی که بر اساس دستورالعمل رئیس جمهوری بوده و چه آن هایی که بر اساس مصوبه کنگره آمریکا اعمال شده است، لغو خواهد شد. تخت روانچی گفت: تحریم های ... صفحه ۵

اوپک در حال فروپاشی است

شبکه خبری سی.بی.سی. نیوز کانادا در تحلیلی به قلم «کایل بکس» نوشت: همزمان با تشدید تنش ها میان ایران و عربستان سعودی، شکاف ها در داخل اوپک بیشتر شده است. این شبکه خبری اعلام کرد: تنش های مکرر میان کشورهای نفتی، با افزایش نگرانی ها در مورد ایجاد اختلاف در عرضه نفت، سبب افزایش قیمت این کالا می شود. اتفاقاتی مانند آنچه در روزهای گذشته رخ داد و با اعدام شیخ «نمر باقر النمر» ... صفحه ۵

۹ توصیه برای توقف و درمان خستگی

آیا می خواهید راز واقعی کنترل خستگی را بدانید تا برای همیشه آن را متوقف کنید؟ پزشکان می گویند برای متوقف ساختن خستگی، لازم است دلایل واقعی را که باعث خستگی شما می شوند، پیدا کرده و درمان کنید؛ نه اینکه دنبال درمان موقت علایم ناشی از خستگی باشید. با کشف علت واقعی خستگی، شما می توانید یک بار و برای همیشه خستگی خود را درمان و متوقف سازید و از سطح جدید انرژی و تمرکز حواس خود لذت ببرید ... صفحه ۶

سیاسی

نابناک

«حق الناس»

مصادره به مطلوب نشود

قائم مقام وزیر کشور گفت: نباید کسی موضوع حق الناس در انتخابات را مصادره به مطلوب کند.

حسینعلی امیری درباره اینکه برخی سخنان مقام معظم رهبری درخصوص حق الناس را صرفاً در نتایج آرای داند افزود: سخنان رهبر معظم انقلاب درباره حق الناس دامنه وسیعی دارد که شامل همه مراحل انتخابات یعنی فرایند تا پایان آن را در بر می گیرد که مصادیق زیادی دارد.

سخنگوی وزارت کشور ادامه داد: بخش قابل توجهی از انتخابات به عهده وزارت کشور و دستگاه های اجراییست که از خدا می خواهیم در این مهم دچار تقصیر و قصور نشویم تا حق الناس به گردن ما نباشد.

قائم مقام وزیر کشور با بیان اینکه مسئله حق الناس به همه فرآیند انتخابات تا ابتدا تا انتهای آن مرتبط می شود گفت: تضییع حق الناس در انتخابات طبق نظر بسیاری از فقها با استغفار قابل جبران نیست.

امیری افزود: اگر خدای نکرده تضییع حقی صورت گیرد طبق نظر بسیاری از فقها با توبه جبران نمی شود و حتی اگر فرد در عمل در پی جبران آن باشد با توجه به اینکه حقوق میلیونها نفر مطرح است امکان جبران نیست.

وی با بیان اینکه بخش بزرگی از حق الناس در انتخابات بر عهده وزارت کشور و هیئت های اجرایی است گفت: کمترین بی دقتی در انتخابات به طور طبیعی باعث تضییع حق می شود.

وی تأکید کرد: ما همه تلاش خود را خواهیم کرد تا حقی از کسی در انتخابات تضییع نشود که حق الناسی به گردن ما باشد.

امیری بستر سازی مناسب برای تبلیغات نامزدها، استفاده عادلانه از امکانات عمومی بر اساس قانون در فرآیند انتخابات، احراز صلاحیت درست کاندیداها و شمارش دقیق آراء را بخشی از مسائل مرتبط با حق الناس در انتخابات دانست.

وی در پایان تأکید کرد: مسئله حق الناس که مورد تأکید رهبر معظم انقلاب بود گفتمان گسترده ای در عرصه انتخابات است که این گفتمان در انتخابات ۹۲ معجزه کرد و باید همه به طور جامع به این گفتمان بنگریم.

قائم مقام وزیر کشور در پاسخ به این پرسش که گفته می شود برخی محکومان امنیتی در هیئت های اجرایی احراز صلاحیت شده اند گفت: محکوم امنیتی واژه حقوقی دقیقی است بنابراین هر محکومیتی باعث محرومیت از حقوق اجتماعی و سیاسی از جمله کاندیداتوری مجلس نمی شود.

امیری افزود: ممکن است کسانی باشند که در مراجع چهارگانه استعلامی دارای سابقه باشند که به هیئت های اجرایی نیز اعلام شده باشد اما سوابقی که باعث محرومیت از حقوق اجتماعی همچون کاندیداتوری مجلس در آن نباشد چنین افرادی صلاحیتشان احراز می شود.

وی با اشاره به ماده ۵۰ قانون انتخابات در بررسی صلاحیتها از جمله مراجع ۴ گانه و همچنین تحقیقات محلی خاطرنشان کرد: مواردی داشته ایم که در مراجع چهارگانه سابقه سونی نداشتند اما هیئت های اجرایی در بررسی محلی به این نتیجه رسیده اند که نامزد شرایط صلاحیت را ندارد که این افراد را رد کردند.



برجام، نتایج فراوانی در تغییر معادلات منطقه خواهد داشت

گره‌آرد شرودر، صدر اعظم پیشین آلمان با محمد جواد ظریف، وزیر خارجه کشور مان پیرامون تحولات روابط دو جانبه و منطقه بحث و تبادل نظر کردند. ظریف با اشاره به نزدیک شدن به مراحل نهایی برجام اظهار داشت: ما با نهایی شدن برجام وارد مرحله جدید مناسبات خود با آلمان خواهیم شد و تطبیق برجام، نتایج فراوانی در تغییر معادلات منطقه به سمت صلح و توسعه به همراه خواهد داشت. وزیر امور خارجه کشور مان با تبیین آثار افکار افراط‌گر‌ایانه عربستان سعودی در بی‌ثبات‌سازی منطقه اظهار داشت: افکار تکفیری و افراط‌گرایی تهدید اصلی منطقه است که منشاء و منابع فکری و مالی آن از عربستان سعودی نشات می‌گیرد. ظریف با اشاره به تحولات ناشی از ایران هراسی عربستان سعودی خاطر نشان کرد: در نامه‌ای که به وزیرای خارجه کشورهای مختلف جهان نوشتم رویکردها و اقدامات ایران هراسانه عربستان سعودی را طی دو سال گذشته به طور واقعی تبیین ساختیم هرچند در این مدت همواره با اتخاذ سیاست‌های خویشتنندارانه تمامی اقدامات منفی آن‌ها شامل تعرض به دو نوجوان ایرانی و حادثه منا که پیامدهای بدی در احساسات مردم ایران به جای گذاشت را به طور عقلانی هضم کردیم. وی افزود: ما رویکردهای تشنج‌افزین عربستان سعودی را نمایش های تبلیغاتی در اینجا و آن‌جا و آن را رفتاری خام و انفعالی قلمداد می‌کنیم.

نفس‌های آخر تحریم

آغاز شمارش معکوس برای فرارسیدن روز اجرای توافق هسته‌ای و لغو تحریم‌ها



«شمارش معکوس برای فرارسیدن روز اجرای توافق هسته‌ای و لغو تحریم‌ها آغاز شده‌است». این جمله را حمیدبعیدی‌نژاد، مدیرکل سیاسی و امور بین الملل وزارت خارجه دیروز در صفحه اینستاگرامش نوشت. با این حال هنوز زمان دقیق اجرای برجام مشخص نشده‌است. وزیران خارجه ایران و ۱+۵ هفته گذشته در اظهاراتی جداگانه اعلام کرده بودند اگر همه چیز به خوبی پیش رود، در روزهای آینده شاهد رسیدن به روز اجرای برجام خواهیم بود. قرار است ظریف و موگرینی در بیانیه‌هایی روز اجرای برجام را اعلام کنند.

ایران از چند هفته گذشته اقدامات و تعهدات هسته‌ای خود را در چارچوب برجام آغاز کرده‌است. جمع‌آوری سانتریفیوژهای نطنز و فوردو به تعداد تعیین شده در چارچوب برجام، انتقال اورانیوم غنی شده ایران به روسیه و دریافت اورانیوم طبیعی یا کیک زرد از سوی ایران تاکنون انجام شده‌است و خارج کردن کالندریای راکتور اراک آخرین اقدام مهم ایران برای باطراحی این راکتور است که در حال انجام است. از سوی دیگر آژانس بین المللی انرژی اتمی باید اقدامات هسته‌ای ایران را راستی‌آزمایی و در گزارشی آن را اعلام کند.

شایعه‌سازی در مورد زمان قطعی اجرای برجام

هم زمان با اظهار نظر مسئولان درخصوص نزدیک بودن زمان اجرای برجام، روز گذشته گمانه زنی‌هایی درخصوص روز اجرای برجام از سوی برخی رسانه‌ها مطرح شد. این شایعه امروز، ۲۱ دی ماه را زمان موعود اعلام کرده بود. اما انتشار این خبر واکنش وزارت خارجه را در پی داشت. جابری انصاری، سخنگوی وزارت خارجه روز گذشته در این خصوص گفت: «قرار قطعی در اعلام تاریخ نهایی و مشخص وجود ندارد، بلکه این زمان بندی به صورت حدود زمانی معین شده‌است که همچنان باقی است». وی اظهار کرد که گفت‌وگوهای فشرده‌ای در مورد تفسیر و مسائل فنی باقی مانده در جریان است و آخرین اقدامات و هماهنگی‌ها در مجموعه شرکای توافق برجام، ادامه دارد. جابری انصاری در عین حال گفت که اقدامات فنی و کارهایی هم که باید انجام می‌شده در حال پیشرفت است و اظهار امیدواری کرد: «در صورتی که مشکل خاصی پیش نیاید، در همان بازه زمانی کلی از پیش تعیین شده، امکان نهایی شدن موضوع و رسیدن به نقطه شروع اجرای برجام به وجود بیاید.»

با این حال شایعه زمان اجرای برجام امروز شکل دیگری به خود گرفت و گفته شد که زمان اجرای برجام به تعویق افتاده‌است! موضوعی که باز هم با واکنش سخنگوی وزارت خارجه رویه‌رو شد. جابری انصاری امروز گفت: «اینکه اجرای برجام به تعویق افتاده بر اساس یک خبر نادرست هست که تاریخی را به عنوان اجرا معرفی کرده و بعد تعویق آن را اعلام کرده‌است. ما هیچگاه تاریخ دقیقی را به عنوان زمان اجرای توافق برجام اعلام نکرده‌ایم». وی در ادامه تشریح کرد که

آنچه اعلام شده بود یک بازه و محدوده زمانی بود که در صورت اجرای تعهدات برجام بر اساس جدول زمانی تعیین شده، در این بازه برجام اجرایی می‌شد. مجید تخت‌روانچی، معاون اروپا و آمریکای وزیر امور خارجه نیز با بیان اینکه پیش‌بینی این که بتوانیم روز مشخصی را برای اجرای برجام اعلام کنیم بسیار دشوار است، گفت: «اقداماتی که به دنبال توافق هسته‌ای باید انجام می‌دادیم زمان بر بود و از طرف دیگر، پاسخ دادن به این پرسش که کار چه زمانی به اتمام می‌رسد، سخت بود». تخت‌روانچی در عین حال ابراز امیدواری کرد که در چند روز آینده به روز اجرای برجام برسیم.

گفتنی‌است امروز خبرگزاری فارس به نقل از یک منبع مطلع گفت که آژانس بین‌المللی انرژی اتمی این هفته گزارش تأیید نهایی اج‌رای تعهدات ایران در برجام را منتشر می‌کند. موضوعی که هنوز تأیید و تکذیب نشده‌است. در عین حال فدریکا موگرینی مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا نیز امروز در کنفرانس خبری اش گفت: «می‌توانم به شما بگویم که انتظار من این است که این روز (لغو تحریم‌ها) بزودی رخ خواهد داد. روند اجرای توافق هسته‌ای به خوبی در جریان است.»

با این حال آنچه مشخص است نزدیک بودن زمان اجرای برجام و لغو تحریم‌ها است. چنان که جان کری وزیر خارجه آمریکا نیز در اظهار نظری هفته اخیر گفته بود: «من فکر می‌کنم زمان اجرای برجام نزدیک است و ممکن است زودتر اتفاق بیفتد اما دیرتر نه.»

لغو تحریم‌ها بدون نیاز به تصویب جدید

امروز کمالوندی و تخت‌روانچی نیز درخصوص چند و چون اجرای برجام سخن گفتند. مجید تخت‌روانچی معاون اروپا و آمریکای وزیر امور خارجه با تأکید بر اینکه با اجرای برجام همه تحریم‌های اقتصادی، تجاری و بانکی لغو می‌شود، گفت: «همه تحریم‌های اتحادیه اروپا و آمریکا، چه تحریم‌هایی که براساس دستورالعمل رئیس جمهوری بوده و چه آن‌هایی که بر اساس مصوبه کنگره آمریکا اعمال شده‌اند، لغو خواهند شد». به گفته تخت‌روانچی تحریم‌های اروپایی و آمریکایی روز کاغذ لغو نشده‌اند و از روز اجرا بدون نیاز به تصویب جدید، اتوماتیک و لغو خواهند شد.

تخت‌روانچی تأکید کرد که از روز اجرایی برجام، موانع هرگونه فعالیت‌های اقتصادی برطرف خواهد شد و به دنبال آن زمینه‌های زیادی برای فعالیت‌های اقتصادی بازمی‌شود وی با بیان اینکه برای آن روز باید کاملاً آمادگی داشته باشیم، گفت که اگر نتوانیم از روز اجرا کار را شروع کنیم، قطعاً خود را سرزنش خواهیم کرد.

معاون اروپا و آمریکای وزیر امور خارجه همچنین در پاسخ به پرسشی مبنی بر این که تکلیف و سرنوشت تحریم‌های جدید چه می‌شود، تأکید کرد: «اما اعلام

کرده ایم که نباید عملی انجام شود که برخلاف روح و متن توافق باشد؛ چنانچه با نقض فاحش توافق روبرو شویم، مکانیزم‌های لحاظ شده در توافق را فعال خواهیم کرد.» وی در مورد مصوبه اخیر کنگره آمریکا در مورد ویزای افرادی که به ایران سفر داشته باشند نیز اعلام کرد: «وزیر خارجه آمریکا اعلام کرده‌است این مصوبه در بودجه سالانه مطرح شده‌است؛ اجرایی آن بگونه‌ای خواهد بود که خلاف برجام نباشد.»

وی در ارتباط با تغییر قلب راکتور اراک با بیان اینکه یکی از تعهدات ما این است که اراک نوسازی شود، اظهار کرد: «تمام آنچه قرار بود در اراک انجام شود در حال اجراست.» تخت‌روانچی با اشاره به اینکه بخشی از کار در اراک توسط مهندسان ایرانی انجام خواهد شد، گفت: «در ارتباط با تغییرات انجام شده در راکتور اراک، سندی بین ایران و کشورهای غربی به امضا رسیده که مبنای کار قرار می‌گیرد و بر اساس آن سهم هر کشور مشخص شده‌است.»

انجام تعهدها در کمترین زمان، با ضریب اطمینان بالا

پهروز کمالوندی، سخنگوی سازمان انرژی اتمی نیز در گفت و گویی با بیان اینکه ما تقریباً تمام کارهایی که بر عهدمان بر اساس برجام بود را تکمیل کرده‌ایم و کاری باقی نمانده‌است، اعلام کرد که تنها بخشی از کار اراک باقی مانده‌است که به فاصله اندکی، احتمالاً در بازه‌ای کمتر از هفت روز، قابل انجام است. کمالوندی در این گفت‌وگو اظهار کرد: «زمانی که ایران و ۱+۵ وارد مرحله تلاش برای رسیدن به روز اجرا شدند برآورد آمریکایی‌ها و شاید اروپایی‌ها هم این بود که ایران برای انجام تعهدهای خود به بازه زمانی حداقل ۶ ماه نیاز خواهد داشت. با این همه به نظر می‌رسد که ما تعهدهای خود را در بازه زمانی بسیار کمتر به سرانجام رسانده‌ایم.»

سخنگوی سازمان انرژی اتمی با بیان اینکه در این مدت ایران گام‌های خود را بسیار حساب شده و متوازن پیش برده‌است و حتی با ضریب بالایی از اطمینان هم حرکت کرده‌ایم، گفت: «مثلاً در خصوص مبادله اورانیوم فرمایش مقام معظم رهبری این بود که ما این مبادله مواد را به دقت‌های پیش‌بریم، ما حتی بیشتر از آنچه مدنظر ایشان بود را در عمل محقق کردیم. به عبارتی ایران تمام محموله‌ای که باید تحویل می‌گرفت را ابتدا دریافت کرد و سپس زمانی که مطمئن شدیم و انواع تست‌ها را در خصوص کیفیت محموله تحویلی به پایان رساندیم مواد خود را تحویل دادیم.»

کمالوندی همچنین درخصوص گزارشی که آژانس باید بدهد، گفت که در نتیجه گفت‌وگوهای آقای صالحی و آمانو هم قرار شد که آژانس به کارهای خود سرعت عمل بیشتری ببخشد. وی تأکید کرد: «عمده کار انجام شده است و کار در مراحل پایانی است و می‌توانیم بگویم که خیلی زود به روز اجرا خواهیم رسید.»

پیگیری روز

علت تامل و تاخیر دادگاه در تبدیل قرار بازداشت «بابک زنجانی»



وکیل مدافع بابک زنجانی توضیحاتی را در باره آخرین وضعیت پرونده موکلش ارائه کرد. رسول کوهپایه‌زاده گفت: موکلم چند راهکار را برای پرداخت بدهی پیشنهاد داده بود و دادگاه اعلام کرده‌است. شرکت نفت باید به نام‌های که ۲۰ روز پیش موکل‌به دادگاه ارسال و دادگاه آن را به شرکت نفت منتقل کرده‌است، پاسخ دهد.

کوهپایه‌زاده درباره نامه بابک زنجانی به دادگاه گفت: موکل ۱۷ بانک را معرفی کرده که در این بانک‌ها امکان صدور ضمانت نامه و نقل و انتقالات وجود دارد. این نامه به شرکت نفت ارایه شده مبنی بر اینکه چه بانک‌هایی برای شرکت نفت مناسب تر است تا این تبادلات بانکی صورت گیرد؛ البته ما هنوز پاسخی را در این زمینه از شرکت نفت دریافت نکرده‌ایم.

وی درباره ارایه لایحه‌ای که اخیراً به دادگاه انقلاب برای تبدیل قرار بازداشت موکلش به قرار تأمین مناسب و آزادی وی داده بود نیز گفت: هنوز دادگاه در این زمینه تصمیمی اتخاذ نکرده‌است.

وکیل مدافع متهم اصلی پرونده موسوم به فساد نفتی افزود: طبق قانون دادگاه باید قرار بازداشت موقت موکلم رافک کرده و به قرار مناسب دیگر تبدیل کند. فکر می‌کنم این تامل و تاخیر دادگاه در این زمینه به دلیل این است که قرار می‌صادر می‌شود باید متناسب با میزان بدهی موکل باشد و با توجه به اینکه بخشی از بدهی موکل از طریق اموال داخل کشور پرداخت شده و این اموال در اختیار شرکت نفت است، لذا میزان دقیق ارزش اموال داخل کشور موکل باید از طرف دادستانی مشخص شود. کوهپایه‌زاده تصریح کرد: دادگاه منتظر رقم دقیق ارزش اموال داخلی موکل است تا بدهی وی را از آن کسر کند و وثیقه‌ای که صادر می‌شود متناسب با الباقی بدهی اش باشد. وی یادآور شد: جلسه‌بعدی دادگاه موکل هنوز مشخص نیست.

واکنش روز

برای یک تخلف نباید کل برجام را متوقف کنیم



رئیس مجلس شورای اسلامی با تأکید بر اینکه تخلف صورت گرفته در مورد محدودیت ایجاد شده در صدور روایید مطابق با روح برجام نیست گفت: راه‌حل این تخلف این نیست که بگویم کل برجام را متوقف کنیم. باید راه اصلاح این امر را پیگیری کنیم تا منافع کشور حفظ شود و در غیر این صورت مقابله با آن را انجام دهیم. علی لاریجانی در پاسخ به تذکر حمیدرسایی در مورد اعمال تحریم‌های جدید از سوی آمریکا و مغایرت آن با برجام و اینکه وضع تحریم‌ها، وضعیتی اسفناک است گفت: اینقدر که شما می‌گویید اسفناک نیست. آن‌ها تخلف کردند ولی پیگیری شده تا تخلفشان را رفع کنند. بعد از آن، آن‌ها نامه نوشتند که می‌خواهند تخلف را رفع نمایند و این موضوع در حال دنبال شدن است. وی ادامه داد: اگر این اتفاق رخ ندهد

مقابله با آن انجام می‌شود. اما این که شما فکر می‌کنید اگر یکی تخلف کرده کل آن را متوقف کنیم باید این را نیز بدانید در برجام، ساز و کاری تعیین شده که چگونه رفتار شود. رئیس مجلس شورای اسلامی با بیان اینکه هر کاری رفتار متناسبش را می‌خواهد گفت: قطعاً شما نمی‌خواهید منافع ملی کشور از بین رود. یکی دیگر از دوستان شما آمده و گفته بود که در نوشته آقا آمده‌است مواد غنی شده را به صورت چند باره بفرستیم و جایش مواد اورانیوم طبیعی بگیریم. پس روایی که انجام شد خلاف مصوبه است. در پاسخ به این برادر عزیز باید بگویم در حال حاضر یکجا همه مواد طبیعی وارد کشور شده‌اند؛ این یعنی یک پله بالاتر از آنچه فکر می‌کردیم انجام شده‌است.

لاریجانی ادامه داد: درست است که این موضوع مخالف نص برجام است اما بالاتر از آنچه می‌خواستیم رخ داده‌است. ما می‌خواستیم برای رفع نگرانی چندباره مواد غنی شده را بفرستیم و مواد اورانیومی بگیریم. اما اکنون یکجا همه مواد مورد نیاز مان وارد کشور شده‌است و بعد از آن ما مواد غنی شده را داریم.

سعودی ها دچار توهم شده اند

رئیس قوه قضاییه با اشاره به رفتارهای غیرعاقلانه سعودی‌ها و تحرکات آنان در مخدوش کردن چهره جهان اسلام و از جمله حملات غیرانسانی آنها به مردم بی دفاع یمن اشاره و اظهار کرد: حملات سعودی‌ها به‌یمن غیر انسانی، غیر منطقی و بر خلاف تمام موازین بین‌المللی است و با این حال شاهد ادامه این حملات از سوی حکام سعودی هستیم.

آیت الله املی لاریجانی واکنش های عربستان سعودی به حادثه رخ داده در خصوص سفارت این کشور در ایران را بهانه‌تراشی های حکام این کشور علیه جمهوری اسلامی ایران در مجامع بین المللی توصیف کرد و گفت: مسئولان کشور وقوع چنین حادثه ای را تقیح کردند اما سعودی ها آن را بهانه ای برای حمله به جمهوری اسلامی ایران قرار داده‌اند؛ آن هم در حالی‌که چنین حوادثی در بسیاری از کشورها رخ می‌دهد و معمولا برای واکنش نشان



دادن به چنین رخدادهایی به موض‌گیری رسمی مسئولان و مراجع رسمی در قبال وقوع این حوادث توجه می‌شود.

رئیس دستگاه قضا با تأکید بر اینکه در مواردی سفارتخانه‌های جمهوری اسلامی ایران در برخی کشورها آماج چنین رخدادهایی بوده‌است و مسئولان جمهوری اسلامی ایران همواره موضع گیری های مدبرانه و مستند به واکنش رسمی دولت های آن کشورها داشته‌اند گفت: در حال حاضر رفتار سعودی ها در مقابل این حادثه به هیچ وجه متناسب با موازین و عرف بین المللی نیست و واکنشهای غیر عاقلانه و خارج از تدبیر است.

آیت‌الله املی لاریجانی به‌وقوع حادثه‌مناوربط دادن آن به قضا و قدر الهی از سوی حکام سعودی و تأکید بر لزوم پیگیری این حادثه از سوی مقامات اجرایی و قضایی جمهوری اسلامی ایران در سطح بین المللی به سایر اقدامات و تحرکات این کشور از جمله حمایت سعودی‌ها از تروریست‌ها و جنایتاشان در یمن اشاره کرد و افزود: حاکمان سعودی به گونه ای سخن می‌گویند که گویی تمام امور کشورهای اسلامی در دست آنها است در حالی‌که این تصور در واقع توهمی بیش نیست و آنان باید بدانند که گرچه تروتی باد آورده نصیبشان شده است اما عقلانیت و تدبیر در امور، مسئله دیگری است که باید به آن دست یافت. رئیس قوه قضاییه با تأکید بر اینکه مردم جهان اسلام و بسیاری از دولتمردان کشورهای مسلمان فریب تحرکات و اظهارات سعودی‌ها را نخواهند خورد تصریح کرد: حاصل اقدامات غیر منطقی و غیرعقلانی حاکمان سعودی جز تضعیف جهان اسلام و خدمت به استکبار و تقویت جریان تروریستی نیست و باید گفت متأسفانه حاکمان سعودی به عنوان عمله‌ای در خدمت صهیونیست‌ها و آمریکایی‌ها در آمده‌اند. آیت الله املی لاریجانی تأکید کرد: سعودی‌ها باید بدانند رفتار جمهوری اسلامی ایران در مقابل آنان توام با متانت و تدبیر است اما این متانت، تدبیر و سکوت به معنای این نیست که آنها می‌توانند هر کاری انجام دهند و به هر حال صبر جمهوری اسلامی ایران هم حدی دارد.



رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: ایران قدرتمند بوده و ظرفیت دفاعی خوبی دارد اما قصد تعرض به کشوری را ندارد ولی اگر کشوری تعرض کند آن را رها نخواهد کرد.
علی لاریجانی در جمع

رئیس و اعضای بنیاد حفظ آثار و ارزشه‌های دفاع مقدس افزود: برخی‌ها توقع نداشته باشند و فکر نکنند می‌توانند ایران را در مضیقه قرار دهند. وی تصریح کرد: ملت ایران توانمند بوده و از میراث گرانقدر دفاع مقدس برخوردار است و قدرت استفاده از این میراث را به خوبی دارد.

رئیس مجلس ادامه داد: فکر نمی‌کنم هیچ وقت کشور ما از این ظرفیت به‌طور کامل استفاده کرده‌باشد. وی در بخش دیگری از سخنان خود گفت: در شرایط فعلی مشکلاتی بوجود آمده که باید از

رفتار جمهوری اسلامی ایران چه در گذشته و چه در حال درس بگیرند. لاریجانی افزود: اگر ما بعد از جنگ با کشورهای که به صدام کمک می‌کردند تلافی ن‌کردیم به خاطر این بود که نگاه ما بازی خرد

نیست و به دنبال رفتار رایج منطقه‌ای که رقابت‌های حسودانه است نیستیم. رئیس قوه‌مقننه تأکید کرد: جمهوری اسلامی ایران احساس مسئولیت بزرگتری دارد و نگران سرنوشت امت اسلامی است. وی افزود: برای ایران همیشه افتخار است که یک کشور مسلمان از نظر بنیه دفاعی یا اقتصادی قوی باشد چرا که این مسئله را تقویت کل بنیه مسلمانها می‌دانیم.

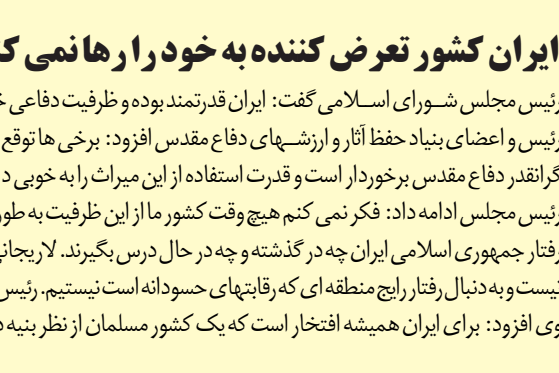
دشمنان برای انتخابات طمع کرده‌اند



سخننگوی جمعیت اپنارگران با ابراز اینکه دشمنان به‌خیال باطل خود در انتخابات آینده طمع کرده‌اند، گفت: تمام کسانی که دل در گروی نظام جمهوری اسلامی دارند و ایران را سربلند و امن می‌خواهند باید در انتخابات مجلس دهم و خبرگان رهبری

حضور گسترده داشته باشند و سلیقه‌های مختلف در این انتخابات حضور یافته و تلاش کنند که در فعالیت‌های انتخاباتی خود اصول و بایسته‌های نظام را حفظ کرده و به چالش نکشند.

فروزنده تأکید کرد: رقابت‌های انتخاباتی باید در چارچوب روش‌ها و تاکتیک‌ها باشد و راهبردهای اصلی نظام نباید آسیب ببیند؛ ملت بصیر مسا باید آگاه باشند و چهره دلسوز خط امام و رهبری را انتخاب کنند.



مهدی هاشمی بستری شد



وکیل خانواده هاشمی با بیان اینکه مهدی هاشمی امروز تحت عمل جراحی قرار گرفت، گفت: منتظر جواب پاتولوژی هستیم. سیدوحید ابوالمعالی در خصوص حضور مهدی هاشمی در بیمارستان گفت:

روز گذشته به دلیل دردی که مهدی هاشمی

در ناحیه شکم احساس کرد به بیمارستان منتقل شد و همان زمان به روش آندوسکوپی اقدامات تشخیصی صورت گرفت.وی افزود: صبح امروز با بیهوشی کامل وی تحت عمل جراحی قرار گرفت و یک غده از بدنش خارج شد که ما هنوز منتظر جواب پاتولوژی هستیم و نگرانی مان برطرف نشده است. ابوالمعالی با بیان اینکه مهدی هاشمی هم اکنون در بیمارستان نیکان بستری است گفت: خبری که در مورد شکستگی پای مهدی منتشر شده مربوط به قبلا بوده که مداوا هم در داخل زندان صورت گرفته بود.

برخی بی‌عدالتی‌ها تحت عنوان حفظ نظام توجیه می‌شود

علی مطهری در نطق میان دستور خود در جلسه علنی امروز مجلس درخصوص موضوع عربستان با تأکید بر این‌که «پاسخ گستاخی عربستان را باید در یمن، سوریه، عراق و بحرین و نیز با اجرای برجام داده، اظهار کرد: عربستان از اینکه ایران با منابع غنی ثروت و نیروی انسانی متخصص فراوان از انزوا خارج و به حالت طبیعی بازگردد، خصوصا با نفوذ معنوی و ایدئولوژیک ایران در جهان اسلام، به شدت نگران است و شاید با الهام از دوست دیرینه‌اش اسرائیل خواب‌هایی برای ایران دیده است، به‌هوش باشیم و مانند ماجرای سفارت عربستان در دام او گرفتار نشویم.

وی همچنین در مورد حمله به سفارت گفت: پس از اعدام فجیع آن عالم و رهبر دینی، بسیار روشن بود که عواطف مذهبی و انسانی هر مسلمانی جریحه‌دار شده و عده‌ای، چه سازمان یافته و چه خودجوش، به سوی سفارتخانه حرکت می‌کنند؛ لذا نیروی انتظامی در باره این اتفاق که به نفع عربستان تمام شد، باید پاسخگو باشد.

این نماینده مجلس با اشاره به در پیش بودن انتخابات مجلس شورای اسلامی و خبرگان رهبری اظهار کرد: مشارکت بالا در انتخابات آینده موجب عزت بیشتر و ارتقای جایگاه نظام جمهوری اسلامی در جهان و جلب احترام ملل دیگر نسبت به ملت ایران است، پس حتی منتقدان و مخالفان نیز شرکت کنند.

مطهری در ادامه با بیان این‌که دو جریان سیاسی اصولگرایی و اصلاح‌طلبی در ایران دارای نقاط قوت و ضعف هستند، گفت: نقطه ضعف اصلی اصولگرایان کم‌توجهی به آزادی‌های اساسی ملت و حقوق شهروندی است که بسیاری از بی‌قانونی‌ها و بی‌عدالتی‌ها را تحت عنوان حفظ نظام توجیه می‌کنند و نقطه ضعف اصلی اصلاح‌طلبان تسامح و تساهلی است که در مسائل فرهنگی دارند و گاهی به نام آزادی در این امور سهل‌ انگاری می‌شود.

این عضو کمیسیون فرهنگی مجلس افزود: ضمن حفظ نقاط قوت این دو جریان سیاسی و پرهیز از نقطه ضعف آنها، حضور خود در میدان سیاست را به عنوان راه سوم به نام صدای ملت، به دلیل نیاز جامعه امروز ایران به این جریان فکری و سیاسی، ضروری می‌دانیم و به همین جهت فهرست انتخاباتی را از صدای ملت ارائه خواهیم کرد.

مطهری در ادامه با بیان اینکه این پدیده که اصلاح‌طلبان از شکست دولت اصولگرا خوشحال شوند و اصولگرایان از شکست دولت اصلاح‌طلب، گفت: این موضوع بلیه‌ای است که کشور ما دچار آن شده است. سیاست حذف برای کشور ما سم مهلک است و کشور را با مشکلات جدی مواجه می‌کند.

کارنامه مجلس نهم در باره حقوق ملت درخشان نبود

نماینده مردم تهران در بخش دیگری از نطقش با تأکید بر این‌که اولویت‌های مجلس دهم اقتصاد و سیاست داخلی است. اظهار کرد: مجلس نهم با همه نقاط قوت خود، در حوزه سیاست داخلی و اجرای فصل سوم قانون اساسی در باره حقوق ملت، کارنامه درخشانی ندارد، از قضا رعایت حقوق ملت، در اقتصاد کشور هم اثرگذار است. مثلا آزادی مطبوعات همیشه مانع تخلفات بزرگ اقتصادی است و رانت‌خواری‌ها و اختلاس‌های بزرگ معمولا در دوره محدودیت رسانه‌ها رخ داده است. لذا مطبوعات را رکن چهارم دموکراسی یا قوه چهارم یک حکومت نامیده‌اند.

مطهری با بیان اینکه ریشه بسیاری از فسادهای اقتصادی در کشور ما دخالت مستقیم و غیر مستقیم برخی افراد وابسته به نهادهای حکومتی در پروژه‌های بزرگ اقتصادی است، گفت: مسئولان با اعتماد به آنها وبدون نظارت کافی، به این افراد میدان می‌دهند و مردم نیز اعتماد می‌کنند و در این شرکت‌ها سرمایه‌گذاری می‌کنند. پس از مدتی نهادهای نظارتی و قوه قضائیه مانع ادامه کار آنها می‌شوند ولی به دلیل همان روابط و ملاحظه کاری‌ها و رودربایستی‌ها قدرت حل و فصل سریع آن را ندارند و در این میان مردم دچار خسارت می‌شوند.

مطهری در بخش دیگری از سخنانش نیز به مسئله حصر اشاره کرد و گفت: از صدا و سیما به خاطر این‌که امسال در ایام ۹ دی گزارش‌های واقعی‌تر و منصفانه‌تری از حوادث سال ۸۸ داشت تشکر می‌کنم. همچنین از رئیس قوه قضاییه می‌خواهم که مسئله حصر بدون حکم دادگاه را که خلاف اصول سی و دوم تاسی و هفتم قانون اساسی است حل و فصل کند.

ایران کشور تعرض کننده به خود را رها نمی‌کند

رئیس مجلس شورای اسلامی گفت: ایران قدرتمند بوده و ظرفیت دفاعی خوبی دارد اما قصد تعرض به کشوری را ندارد ولی اگر کشوری تعرض کند آن را رها نخواهد کرد.
علی لاریجانی در جمع

رئیس و اعضای بنیاد حفظ آثار و ارزشه‌های دفاع مقدس افزود: برخی‌ها توقع نداشته باشند و فکر نکنند می‌توانند ایران را در مضیقه قرار دهند. وی تصریح کرد: ملت ایران توانمند بوده و از میراث گرانقدر دفاع مقدس برخوردار است و قدرت استفاده از این میراث را به خوبی دارد.

رئیس مجلس ادامه داد: فکر نمی‌کنم هیچ وقت کشور ما از این ظرفیت به‌طور کامل استفاده کرده‌باشد. وی در بخش دیگری از سخنان خود گفت: در شرایط فعلی مشکلاتی بوجود آمده که باید از

رفتار جمهوری اسلامی ایران چه در گذشته و چه در حال درس بگیرند. لاریجانی افزود: اگر ما بعد از جنگ با کشورهای که به صدام کمک می‌کردند تلافی ن‌کردیم به خاطر این بود که نگاه ما بازی خرد

نیست و به دنبال رفتار رایج منطقه‌ای که رقابت‌های حسودانه است نیستیم. رئیس قوه‌مقننه تأکید کرد: جمهوری اسلامی ایران احساس مسئولیت بزرگتری دارد و نگران سرنوشت امت اسلامی است. وی افزود: برای ایران همیشه افتخار است که یک کشور مسلمان از نظر بنیه دفاعی یا اقتصادی قوی باشد چرا که این مسئله را تقویت کل بنیه مسلمانها می‌دانیم.

با یک بی‌عقلی تحریم درست می‌شود

حجت‌الاسلام والمسلمین حسن روحانی در مراسم بهره‌برداری از مراحل ۱۵ و ۱۶ پارس جنوبی با اشاره به اینکه تحریم درست کردن کار ساده‌ای است و با یک بی‌عقلی تحریم درست می‌شود گفت: برداشتن تحریم و تعامل سخت است. خراب کردن و آتش زدن که کاری ندارد، ساختن کار مهمی است.

رئیس جمهور با اشاره به اینکه با دعوا، اختلاف و افراطی گری به هیچ جا نمی‌رسیم تأکید کرد: همه باید متحد شویم تا انتخابات صحنه رقابت آزاد، اخلاقی و درست و عاقلانه باشد.

وی در ادامه افزود: انتخابات جای تهمت و تحقیر نیست چرا واقعیت را به مردم نگوییم؟ برای چه دولت منتخب مردم را تحریب کنیم؟ دروغ که واضح می‌شود. کسی نمی‌تواند در بلندمدت به مردم دروغ بگوید چرا از خوشحالی مردم شاد نیستیم؟ اختلاف به طور طبیعی پیش می‌آید اما اختلافات کوچک را نباید به شکاف‌های بزرگ تبدیل کنیم. منفعت کشور مال همه است.

روحانی با اشاره به اینکه دولت به قول خود درباره ایجاد فضای سیاسی باز متعادل و غیر امنیتی عمل کرده است افزود: ان شاء الله شورای نگهبان هم در این مسیر خواهد بود و ما شاهد نشاط سیاسی در کشور خواهیم بود.

کشور را با نفت ۳۰ دلاری اداره می‌کنیم

رئیس جمهور در بخش دیگری از سخنانش با اشاره به افتخار فاز ۱۵ و ۱۶ پارس جنوبی گفت: این افتتاح به این معنا است که توطئه تحریم‌ها نمی‌تواند ملت ما را شکست دهد ما در شرایط تحریم توانستیم در سال گذشته فاز ۱۲ و امسال هم فاز ۱۵ و ۱۶ افتتاح کنیم. این‌ها به معنای همت این ملت برای توسعه و سازندگی کشور است.

رئیس جمهور در ادامه با بیان اینکه بعضی‌ها نیایند از رکود صحبت کنند، خاطر نشان کرد: دولت کشور را در شرایط نفت ۳۰ دلاری اداره می‌کند نه اقتصاد ۱۴۷ دلاری. دولت کشور را در شرایط تحریم اداره می‌کند نه در شرایط عادی. دولت با وجود همه توطئه‌ها بر سر قول‌های خود پابرجا است و در روزهای آینده ما شاهد در هم پیچیده شدن طومار تحریم‌ها خواهیم بود.

وی تصریح کرد: در شرایطی که همه تولید کنندگان و صادرکنندگان نفت در مشکلات عجیبی گرفتار شده‌اند بودجه سال ۹۵ در شرایطی تقدیم مجلس می‌شود که اتکای ما به نفت ۲۵ درصد خواهد بود. در حالی‌که سایر کشورهای تولیدکننده و صادرکننده نفت خام منطقه نود تا ۱۰۰ درصد اتکایشان به نفت است. اگر خواستند به ما ضرر بزنند اول خودشان ضرر می‌کنند. کسر بودجه امسالشان هم ۱۰۰ میلیارد دلار است.

رئیس جمهور همچنین با اشاره به اینکه در این شرایط دولت افتخار دارد که توانسته تورم را مهار کند و رشد اقتصادی کشور در امسال هم مثبت است، تصریح کرد: سال آینده با عبور از تحریم‌ها سال رونق اقتصادی خواهد بود.

مسائل سیاسی هم نیاز به علم دارد

رئیس دولت تدبیر و امید در بخش دیگری از سخنانش با بیان اینکه تعامل ما با جهان باید بر مبنای ابتکار سیاسی خودمان باشد، خاطر نشان کرد: فناوری که فقط در نفت، گاز، صنعت، معدن و آی‌تی نیست ما در سیاست خارجی هم به فناوری نیاز داریم. در گفت‌وگو با جهان هم به فناوری و هنر نیاز داریم علم فقط مربوط به صنعت نیست در مسائل سیاسی هم به علم و دانش نیاز داریم. ما باید پیچ و خم‌های پیش روی خود را با خرد، علم، منطق، استعداد، همکاری، هماهنگی، انسجام و اتحاد حل کنیم.

روحانی با بیان اینکه گاز تنها پول، تعامل با جهان و خوداتکایی نیست، تصریح کرد: گاز یعنی هوای پاک، محیط زیست و نجات از آلودگی که این‌ها از معضلات بزرگ جهان است. ما شاهد آلودگی در شهرهای بزرگ بودیم و در این ایام برخی دستگاه‌های تبلیغاتی هر چه خواستند گفتند ولی نگفتند در همین ایام وضع آلودگی‌ها در شرق آسیا، هند و یا اروپا چگونه بود.

رئیس جمهور با تأکید بر اینکه ما باید به سمت هوای سالم برویم خاطر نشان کرد: رفع آلودگی‌ها در کوتاه مدت امکان پذیر نیست. ما بسیاری از آلودگی‌ها را در این دولت کم کردیم. برخی آلودگی‌ها هم دیگر وجود ندارد و برخی از آن‌ها هنوز وجود دارد. اصلاح سوخت ماشین‌ها و خانه‌ها و به روز کردن شرایط حمل و نقل بخشی از کارهایی است که باید انجام بگیرد. توسعه تولید گاز هم می‌تواند آلودگی‌ها را کم کند.

سایت نگار

نامه نیوز نوشت: دلواپس حضور یک «خمینی» در مجلس خبرگان

دلواپسان از شخصیت و کاریزمای سید حسن خمینی می‌ترسند. آنها به خوبی می‌دانند که سید حسن هم مورد قبول مردم، هم مورد قبول بزرگان نظام و هم مورد قبول حوزه‌های علمیه است و به همین دلیل سعی می‌کنند چهره او را مخدوش کنند.

بهار نیوز نوشت: حرکت‌های افراطی پر هزینه تا کی؟

وقتی قانونگرایی در مرحله حرف و شعار بماند و به مرحله اجرا و عمل نرسد، نتیجه و خروجی آن، جز بروز هرج و مرج، تحمیل هزینه مالی و اعتباری بر نظام، قربانی شدن عدالت، زدودن اخلاق و بی‌ارزش شدن آبرو و حیثیت اشخاص و کشور نخواهد شد.

عصر ایران نوشت: همزمانی تنش زدایی با غرب و تنش‌زایی کشورهای عربی

سیاستمداران عرب، به ویژه در منطقه خاورمیانه می‌دانند که اگر کشورهایشان ا رج و قربی در سال‌های گذشته در بین کشورهای غربی پیدا کرده‌اند، به خاطر وضعیت خاص روابط ایران و غرب است و اگر روابط عادی شود، جای بازی آنها، در حاشیه است و نه در متن.

تسنیم نوشت: رفتارشناسی نفوذ و مانور تجمل در دوره آقای هاشمی رفسنجانی تا امروز

اظهارات و پیگیری عملی این سیاست‌ها توسط دولت سازندگی سبب گردید تا فرهنگ مصرف‌گرایی و تجمل در جامعه پربزرگ شود، اختلاف طبقاتی زیادتر شده و به موازات این وضعیت، اوضاع اقتصادی کشور نیز به وخامت گرایید.

پارس نیوز نوشت: اصلاح طلبان و مجلس آتی

اصلاح طلبان برای مجلس آتی مهم‌ترین نکته‌ای که می‌توانند در اختیار داشته باشند، مسئله ی هسته‌ای است که با افتخار ملی دانستن و باز تولید دستاوردهای مختلف آن می‌خواهند این موضوع را به پای خودشان بنویسند.

عکس روز



تبادل بیکر ۹۳ شهید در

مرز شلمچه - خوزستان

«برجام» یک گام به اجرا نزدیک تر می شود

آژانس بین المللی انرژی اتمی این هفته گزارش تأیید نهایی اجرای تعهدات ایران بر اساس برجام منتشر می کند. آژانس براساس توافقاتی که پیش تر صورت گرفته بود، موظف است این گزارش را ارائه دهد. آن گونه که پیش از این اعلام شده بود، همزمان با انتشار گزارش نهایی آژانس، محمدجواد ظریف، وزیر خارجه ایران و فدریکا موگرینی، مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا، با صدور بیانیه ای مشترک اجرایی شدن برجام را اعلام می کنند. حسین جابری انصاری، سخنگوی وزارت خارجه کشورمان امروز (دوشنبه) در نشست هفتگی با خبرنگاران در پاسخ به سؤالی در خصوص شمارش معکوس اجرای برجام نیز گفت: «زمان آن چندان دور نخواهد بود، اما تاریخی مشخص نشده است. بازه زمانی تعیین شده بر اساس جدول تعهدات متقابل طرفین است که باید به مرور پیش برود و هر خدشه ای می تواند تاریخ آن را جابه جا کند». جابری انصاری ادامه داد: «در آخرین گفت و گوهای ژنو، آخرین وضعیت بر اساس جدول تعهدات متقابل مرور شد و هر طرف متعهد شده که اقدامات نهایی خود را دنبال کند». بهروز کمالوندی، سخنگوی سازمان انرژی اتمی نیز در گفت و گو با روزنامه اعتماد اعلام کرد که برجام حداقل تا هفت روز آینده اجرایی خواهد شد و افزود: «ما تقریباً تمام کارهایی که براساس برجام بر عهده مان بود را تکمیل کرده ایم و کاری باقی نمانده؛ البته منهای بحث اراک که بخش هایی از کار شروع شده و بخش باقیمانده هم در فاصله اندک قابل اتمام است». از دیگر سو، مجید تخت روانچی معاون اروپا و آمریکای وزارت خارجه با بیان اینکه شمارش معکوس برای اجرایی شدن برجام آغاز شده است، گفت: «قلب راکتور اراک با طراحی جدید تعویض و نصب می شود».

هزار توی «اس ۳۰۰»

ایران شکایت خود از روسیه درباره «اس ۳۰۰» را پس گرفت



موضوع قرارداد تهران و مسکو برای تحویل سامانه های موشکی «اس ۳۰۰» به ایران و کسب و قوس های فراوان رخ داده در رابطه با آن، طی چند سال اخیر به یکی از اصلی ترین عوامل شکل دهنده و تأثیرگذار بر روابط ایران و روسیه تبدیل شده است. سامانه هایی که قرارداد خرید آن ها در سال ۲۰۰۷ به امضای طرفین رسید، اما دو سال بعد، مسکو به بهانه وجود تحریم های بین المللی علیه ایران، از تحویل آن ها خودداری کرد. اکنون و در شرایطی که پس از حصول توافق هسته ای میان ایران و گروه ۵+۱ که چشم انداز برداشته شدن تحریم های ایران را به عنوان یک واقعیت مورد انتظار مطرح ساخته، بهانه سابق روس ها در این ماجرا از بین رفته و اخیراً اخبار متعددی درباره تحویل این سامانه در آینده نزدیک منتشر شده است. اما در تازه ترین تحول، یک مقام ارشد روس امروز (دوشنبه) اعلام کرد که ایران شکایت خود از روسیه به دلیل عدم تحویل این سامانه را پس می گیرد و به این ترتیب، آخرین مانع در مسیر تحویل آن نیز برداشته می شود. بر اساس خبری که بعد از ظهر دوشنبه در رسانه های روسیه مطرح شد، معاون نخست وزیر روسیه گفته ایران شکایت خود از روسیه به دلیل عدم تحویل سامانه «اس ۳۰۰» را پس می گیرد. دیمیتری روگوزین در این زمینه اظهار داشته: «در راستای برداشته شدن تحریم های ایران که در آینده نزدیک قرار است اجرایی شود، ایران شکایت خود علیه روسیه را پس خواهد گرفت». وی ادامه داد: «تهران تاکنون پیش برداخت هایی را برای دریافت سامانه های موشکی «اس ۳۰۰» به روسیه پرداخت کرده است». روگوزین در ادامه افزود: «نحوه تحویل سامانه دفاعی موشکی «اس ۳۰۰» به ایران، در قراردادی که سال گذشته به امضای دو طرف رسید تعیین شده است. تحویل این سامانه ها به ایران پس از آن انجام خواهد شد که هزینه آن از سوی ایران پرداخت شود. تاکنون پول هایی که از تهران دریافت شده، به سازمان های مرتبط با این موضوع در روسیه پرداخت شده و قرارداد هم اکنون در حال تکمیل روند اجرایی خود است». روگوزین تأکید کرد: «ما در حال دریافت ضمانت های لازم از ایران برای لغو شکایت آنان هستیم». این خبر پس از آن اعلام می شود که چند روز پیش، اخباری درباره نهایی

لازم است. به گفته این منبع نظامی روس، اولین سامانه به بندری در سواحل دریای خزر منتقل و از طریق دریا به ایران تحویل داده خواهد شد. دو روز بعد از آن نیز دیمیتری روگوزین در مصاحبه با شبکه تلویزیونی «روسیه ۲۴» اعلام کرد، قطعات سامانه دفاع موشکی «اس ۳۰۰» در حال انتقال به ایران است. وی با بیان اینکه دوباره قرارداد میان ایران و روسیه به جریان افتاده و مرحله تحویل این محموله آغاز شده است، گفت: «تحویل اس ۳۰۰ به ایران، افق های جدیدی را در همکاری های نظامی و امنیتی دو کشور باز خواهد کرد». این اظهارات در حالی مطرح می شود که وی پیش از این اعلام کرده بود در آینده ۱۰۰ فروند جنگنده سوخو در پنج سال آینده به ایران تحویل خواهد شد و اشاره وی به همکاری های نظامی آتی می تواند به همین موضوع دلالت داشته باشد.

باید اشاره کرد که سامانه موشکی «اس ۳۰۰»، یک سامانه موشکی سطح به هوای دوربرد و خودکششی با قابلیت استفاده در تمامی ارتفاع هاست و در واقع، نوع تکمیلی سامانه پدافندی ارتفاع بالای «اس ۲۰۰» به شمار می رود. این سامانه اواخر دهه ۱۹۷۰ توسط شرکت همکاری های صنعتی آماز برای نیروی دفاع هوایی شوروی ساخته شد و مدل های مختلف این موشک در سازمان ناتو با نام های سام ۱۰، سام ۱۲ و سام ۲۰ شناخته می شوند. نخستین مدل این موشک با نام «اس ۳۰۰ پی» برای نخستین بار در سال ۱۹۷۹ در شوروی عملیاتی شد؛ هرچند تکامل آن از سال ۱۹۶۹ به منظور ساخت موشک سطح به هوایی با برد ۷۵ کیلومتر که هم در نیروی زمینی و هم در نیروی دریایی استفاده شود، آغاز شده بود. روسیه و ایران ابتدا در سال ۲۰۰۷ قراردادی را برای تحویل پنج سامانه دفاعی اس ۳۰۰ امضا کردند، اما در سال ۲۰۱۰، دیمیتری مدودیف، رئیس جمهور وقت روسیه، این قرارداد را تحت فشار های غرب و آمریکا به این بهانه که نقض قطعنامه تحریمی شورای امنیت سازمان ملل است، به حال تعلیق درآورد. سرانجام ولادیمیر پوتین، رئیس جمهور روسیه در آوریل ۲۰۱۵، این ممنوعیت را بعد از توافق هسته ای مقدماتی قدرت های جهانی با ایران لغو کرد.

سامانه در آکادمی هوا-فضای «موزیسکی» روسیه آموزش خواهند دید. متخصصان ایرانی از ماه ژانویه آموزش خود را در این آکادمی آغاز خواهند کرد که به مدت ۴ ماه به طول خواهد انجامید.

براساس این گزارش، هزینه های این دوره آموزشی ۴ ماهه در قراردادی پیش بینی شده است. پس از آن، متخصصان ایرانی در ماه مه به خانه باز خواهند گشت. به گفته این منبع روس، براساس قراردادی که میان دو طرف در ماه سپتامبر ۲۰۱۵ امضا شد، اولین سامانه از «اس ۳۰۰» برای انجام مراحل تست و آزمایش فوراً به منطقه «کاپوستین یار» منتقل شد که در حال حاضر مراحل تست آن رو به اتمام است و منتظر تأیید نهایی و کسب مجوزهای

شدن تحویل «اس ۳۰۰» به ایران و جزئیات آن منتشر شد. در این راستا، خبرگزاری ایتر تاس روسیه به نقل از یک مقام ارشد نظامی اعلام کرد تحویل سامانه «اس ۳۰۰» به ایران از ژانویه (دی ماه) آغاز می شود و فوریه (بهمن ماه) پایان می یابد. این منبع نظامی گفت تحویل اولین سامانه از «اس ۳۰۰» در ماه ژانویه آغاز و در ماه فوریه (یک ماه بعد) به پایان می رسد. به گفته وی، ایران دومین سامانه را در ماه اوت یا سپتامبر ۲۰۱۶ دریافت خواهد کرد. وی تأکید کرد که روسیه تمام تعهدات خود را در زمینه تجهیز ایران به سامانه پدافند هوایی «اس ۳۰۰» انجام خواهد داد. به گفته این مقام ارشد روس، حدود ۸۰ متخصص ایرانی در زمینه نحوه استفاده از این

رصدخانه



دو میلیون نفر برای شرکت در مراسم «پیشوا اجتماع» به کرانه رودخانه توراک در بتگلادش سفر کردند.

شرکت های مختلف جهان، خودروهای مفهومی خود را در نمایشگاه محصولات الکترونیکی مصرفی (CES) در لاس وگاس عرضه کردند.



آتش سوزی در ۵۳۰۰۰ هکتار زمین در استرالیا.



مردی اهل سوریه کودکی را از زیر آوار ساختمان بیرون می کشد.

الرای العموم



القاعده: سر او با ما را از تنش جدا می کنیم

یکی از رهبران القاعده در قابلی ویدیویی تهدید کرد که گروهش آمریکاران را با دوسر باراک اوباما را از تن جدا می کند. این رهبر القاعده خطاب به آمریکایی ها گفت: «ما با تمامی امکاناتی که در اختیار داریم، کشور شما را ویران کرده و جهاد» را به خاک شما منتقل خواهیم کرد و بدانید که بنترین شرایط راه است». وی باراک اوباما، رئیس جمهوری آمریکا را تهدید کرد و گفت: «ما تو اوباما، به اذن الهی سرت را خواهیم برید و همچنان با شما جنگ خواهیم کرد». این فرد از سیاهپوستان آمریکایی خواست تا به دلیل ظلم و تبعیض نژادی که دولت آمریکا بر آن ها روا می دارد، به القاعده بپیوندند.

Bloomberg



نگرانی آل سعود از دچار شدن به سرنوشت «مبارک»

در ادامه تحلیل ها درباره اعدام های اخیر آل سعود و تنش های عربستان با ایران، یک پایگاه آمریکایی این موضوعات را به نگرانی های ریاض از اعتراضات مردمی و تلاش برای سرکوبی آن ها مرتبط دانست. بلومبرگ با اشاره به اعدام ۴۷ نفر در عربستان سعودی نوشت: «اعدام نمر النمر بیشتر به منظور تحریک شیعیان نبوده، بلکه برای پیش دستی کردن و ممانعت کردن از خشم داخلی بابت مرگ تعداد زیادی از سنی ها که ۸۵ درصد جمعیت این کشور را تشکیل می دهند، بوده است».

the guardian



سیستم پیچیده داعش برای عبور و مرور تروریست ها

داعش از سیستمی پیچیده برای انتقال اعضای خود در سوریه و عراق استفاده می کرد. گروه تروریستی داعش در عراق و سوریه یک سیستم بسیار پیچیده در انتقال افراد طراحی کرده بود که در آن گذرنامه ها توسط یک سازمان مهاجرت مورد تأیید قرار می گرفتند. اعضای داعش با به راه انداختن یک برنامه بسیار پیچیده مهاجرت در مرزهای سوریه و ترکیه اجازه عبور و مرور آزادانه تروریست های این گروه با فهرست های مسافرتی و مهر سازمان مهاجرت و سازمان حمل و نقل داعش را امکان پذیر کرده بودند.

ITAP TACC



برگزاری نشست روسیه، آمریکا و سازمان ملل درباره سوریه

یک مقام وزارت امور خارجه روسیه که خواست نامش فاش نشود، گفت نشست سه جانبه روسیه، آمریکا و سازمان ملل، روز چهارشنبه در ژنو برگزار خواهد شد. این مقام روس خاطرنشان کرد: «در نشست وین، راه های حل و فصل سیاسی بحران سوریه بررسی و سه طرف درباره آن مذاکره می کنند». نام شرکت کنندگان در این نشست سه جانبه اعلام نشده است؛ اما به گزارش رسانه های روسی، از طرف روسیه، میخائیل بوگدانف، معاون وزیر امور خارجه و نماینده رئیس جمهوری روسیه در امور خاور میانه و شمال آفریقا در نشست وین شرکت می کند.

اقتصاد

تابناک

اوپیک در حال فروپاشی است

شبکه خبری سی.بی.سی. نیوز کانادا در تحلیلی به قلم «کایل بکس» نوشت: هم‌زمان با تشدید تنش‌ها میان ایران و عربستان سعودی، شکاف‌ها در داخل اوپیک بیشتر شده است. این شبکه خبری اعلام کرد: تنش‌های مکرر میان کشورهای نفتی، با افزایش نگرانی‌ها در مورد ایجاد اختلال در عرضه نفت، سبب افزایش قیمت این کالا می‌شود. اتفاقاتی مانند آنچه در روزهای گذشته رخ داد و با اعدام شیخ «نمر باقر النمر» روحانی برجسته شیعه توسط دولت عربستان سعودی شروع شد از جمله این رویدادهاست.

برخی تحلیلگران می‌گویند این دشمنی‌ها در خاورمیانه، می‌تواند در حقیقت مازاد عرضه نفت در بازارهای جهانی را تشدید کند؛ مازادی که عامل اصلی کاهش بیش از ۳۰ درصدی قیمت‌های نفت در ۱۸ ماه گذشته بوده است.

«بیل هریس» از شرکای شرکت سرمایه‌گذاری اونیو (Avenue Investment Management) گفت: تاثیر کوتاه مدت این دشمنی‌ها، تشدید مازاد عرضه در بازارها خواهد بود. عربستان سعودی قصد ضربه زدن به بازار ایران را دارد؛ بنابراین اگر سعودی‌ها نفت بیشتری عرضه کنند می‌توانند قیمت نفت را پایین آورند. وی ادامه داد: هم‌زمان، ایران نیز می‌تواند تولید خود را افزایش بدهد و درآمد بیشتری کسب کند.

هم‌زمان با تشدید تنش‌ها میان ایران و عربستان سعودی، شکاف‌ها در داخل اوپیک بیشتر شده است. این کارتل نفتی از زمانی که قیمت‌ها در سال ۲۰۱۴ شروع به کاهش کرد، تحت فشار قرار گرفت به گونه‌ای که برخی می‌گویند اوپیک در حال فروپاشی است. هریس گفت: تقریباً اوپیک، یک سازمان از هم پاشیده است. وی ادامه داد: ما از سال گذشته، وقتی که آمریکا برای نخستین بار در ۴۰ سال گذشته، مذاکره با ایران در مورد اتحاد بر علیه داعش در سوریه را شروع کرد، به دقت اوپیک را زیر نظر گرفته ایم. پس از انقلاب اسلامی در ایران، عربستان سعودی همواره متحد آمریکا بر علیه ایران بوده است. خاورمیانه تقسیم شده و هم‌اکنون اوپیک وجود ندارد.

«گرگ پرایدی» از تحلیلگران گروه اوراسیا (Eurasia Group)، بزرگترین شرکت مشاوره‌ای جهان در زمینه انرژی سیاسی، که وی نیز اوپیک را زیر نظر دارد، در این زمینه با هریس موافق است. وی گفت: اختلاف‌ها در اوپیک نشان می‌دهد که منافع کشورهای عضو در حال فاصله گرفتن از یکدیگر است و در این مقطع می‌توان گفت، تقریباً محال است اوپیک به روزهای اوج خود برگردد.

به دلیل تداوم انرژی نفت، امکان تنش‌های بیشتر در منطقه وجود دارد. افت شدید قیمت نفت منجر به ایجاد درس‌های مالی برای آن دسته از اعضای اوپیک شده است که به شدت به درآمد نفت متکی هستند، مانند الجزایر، ونزوئلا، عراق و عمان.

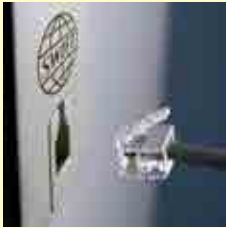


برقراری سوئیت ۲ هفته پس از اجرای برجام

اعتبار اسنادی از این بانک برای ایران در نظر گرفته شده است. البته مادر مرکز مبادلات ارزی نیز یک کد برای مسقط باز کردیم و زمینه برای بانک‌های ایرانی فراهم است.

وی در توضیح بیشتر در مورد برقراری سوئیت هم گفت: بر اساس اجرای

برجام از همه خدمات بانکی و مالی استفاده می‌کنیم که سوئیت را هم شامل می‌شود و مشکلی در این زمینه نداریم اما بانک مرکزی براساس تحریم از عضویت در سوئیت محروم شد و الان باید به عنوان عضو جدید به سوئیت ملحق شود. وی در مورد زمان ورود به سوئیت گفت: مانعی گوییم امروز که برجام اجرا شد فردا سوئیت برقرار می‌شود بلکه بانک مرکزی از روز اجرایی شدن برجام اقدام کرده و ظرف دو هفته موضوع به نتیجه خواهد رسید.



مدیر ارتباطات اداره بین‌الملل بانک مرکزی گفت: بانک‌های بزرگ و کوچک زیادی با ما مذاکره کرده‌اند و بعد از اجرایی شدن برجام با بانک ICBC در حوزه فاینانس و عملیات خزانه‌داری کار را آغاز می‌کنیم. بانک مسقط نیز برای گشایش

اعتبار اسنادی ۲۰ تا ۲۵۰ میلیون دلار اعلام آمادگی کرده است.

حسن یعقوبی صبح امروز در نشست مدیران عامل ۹ بانک کشور با هیأت‌ریسه اتاق بازرگانی ایران گفت: تمامی خدمات مرتبط با سیستم‌های بانکی و پولی و حتی انبوهی که به صراحت در دوره برجام ذکر می‌شد آنها نشده اجرایشان برای ایران مجاز خواهد بود. وی به اعلام آمادگی بانک مسقط (پایتخت عمان) برای گشایش اعتبار اسنادی اشاره کرد و گفت: ۲۰ تا ۲۵۰ میلیون دلار برای گشایش

علی ربیعی: عده‌ای پدر سوخته و لمپن سرمایه‌گذار کشور شده‌اند



قشر ندارد. کارگران در این پلاکاردها از تبصره ۲۴ قانون برنامه ششم توسعه که به موضوع کاهش ۲۵ درصدی مزد کارگران تازه‌کار زیر ۲۹ سال اشاره کرده بود، انتقاد کردند. علی ربیعی هم طی سخنانی از آگاهی خود نسبت به مشکلات کارگران تعریف کرد و وزارت

کارخانه کارگران دانست و گفت: کارفرمایان و کارآفرینان دلسوز کشور خانه‌نشین شدند و عده‌ای پدر سوخته لمپن و امثال «ب.ز.» ها سرمایه‌گذار کشور شدند. وی بیان کرد: عملکرد ما معطوف به اقدامات پوپولیستی و رضایت‌بخشی کوتاه مدت نیست و صادقانه با مردم سخن می‌گوییم. خود را وزیر بیکاران هم می‌دانم و مسئولیت دارم. ۱۲ هزار و ۵۰۰ میلیارد تومان از اموال سازمان تأمین اجتماعی را فروختند و ببینید با این میزان چقدر سان‌دویج می‌توان خرید؟! قطعاً کل ایران را پیر می‌کند.

علی ربیعی وزیر کار، با ابراز تأسف نسبت به خانه‌نشینی کارآفرینان و کارفرمایان دلسوز، امثالی همانند «ب.ز.» که مشهور به فساد اقتصادی است، پدر سوخته و لمپن خواند و گفت: داستان افزایش تند دستمزد کارگران همانند سر بریدن مرغ تخم

طلاست. پیش از ظهر امروز همایشی با عنوان پیگیری مطالبات کارگران توسط شوراهای اسلامی کار سراسر کشور، برگزار شد که نکات جالبی به همراه داشت. حاضران در جلسه که اکثراً کارگران و بازنشسته‌گان بودند، با پلاکاردهایی اعتراض خود را نسبت به پایین بودن دستمزد اعلام کردند. این کارگران در حین سخنرانی حاضران سرپا ایستاده و با صدای بلند از سیاست‌های دولت انتقاد کردند و گفتند که آقای روحانی با کلید کارگران و فرهنگیان رئیس‌جمهور شده است. اما هیچ توجهی به این

همه تحریم‌ها لغو می‌شود

تخت روانچی: پیش‌بینی روز دقیق اجرای برجام سخت است



مجید تخت روانچی امروز دوشنبه در نشست اعضای هیأت‌ریسه اتاق بازرگانی، صنایع، معادن و کشاورزی ایران و مدیران عامل بانک‌ها گفت: با اجرای برجام همه تحریم‌های اقتصادی، تجاری و بانکی لغو می‌شود. وی افزود: همه تحریم‌های اتحادیه اروپا و آمریکا، چه تحریم‌هایی که بر اساس دستورالعمل رئیس‌جمهوری بوده و چه آن‌هایی که بر اساس مصوبه کنگره آمریکا اعمال شده است، لغو خواهد شد.

تخت روانچی گفت: تحریم‌های اروپایی و آمریکایی روز کاغذ لغو شده است و از روز اجرا بدون نیاز به تصویب جدید، اتوماتیک وار لغو خواهند شد. وی چند بند مرتبط با فعالیت‌های بانکی مطرح شده در برجام را قرائت کرد و گفت: از روز اجرایی برجام، موانع هرگونه فعالیت‌های اقتصادی بر طرف خواهد شد و بدنبال آن زمینه‌های زیادی برای فعالیت‌های اقتصادی باز می‌شود؛ بعنوان نمونه برای بازرگانی‌های سی.سی.ای.سی. روز اجرا هیچ معنی وجود نخواهد شد.

تخت روانچی با تأکید بر اینکه برای آن روز باید کاملاً آمادگی داشته باشیم، گفت: اگر نتوانیم از روز اجرا کار را شروع کنیم، قطعاً خود را سرزنش خواهیم کرد. وی تصریح کرد: از روز اجرای برنامه جامع اقدام مشترک (برجام)، کشورهای اروپایی و آمریکا به طور مجزا آیین‌نامه‌های اجرایی برجام را منتشر می‌کنند و در اختیار همه قرار می‌دهند.

تخت روانچی افزود: بحث‌ها فشرده‌ای در روزهای گذشته داشتیم که شامل بحث‌های فنی و مرتبط با رفع تحریم‌ها بوده است و یکی از موارد مهم، دستورالعمل‌های اجرای برجام بود. تخت روانچی گفت: بر اساس برجام، کشورهای اروپایی و آمریکایی متعهد شدند آیین‌نامه‌های مجزی را آماده و منتشر کنند، این آیین‌نامه‌ها از اهمیت زیادی برخوردار است و نقشه‌راهی است که بنگاه‌های اقتصادی بر اساس آن در زمان لغو تحریم عمل می‌کنند. معاون اروپایی و آمریکایی وزارت خارجه اضافه کرد: اتاق بازرگانی ایران نیز اعلام کرده است که آیین‌نامه اجرایی را به زبان فارسی منتشر خواهد کرد. وی گفت: تیم مذاکره‌کننده در شرایطی که مذاکرات اصلی تمام شده بود، درگیر بحث‌های ریز برای اجرا بود. تخت روانچی درباره آیین‌نامه‌هایی که قرار است روز اجرای برجام منتشر شود، گفت: این آیین‌نامه‌ها به پرسش‌هایی پاسخ می‌دهد که بعد از اجرایی شدن برجام در بخش‌های مختلف به ویژه در مسائل اقتصادی چه اتفاقی رخ می‌دهد.

پیش‌بینی روز دقیق اجرای برجام سخت است

مذاکره‌کننده ارشد هسته‌ای گفت: پیش‌بینی برای روز دقیق اجرای برجام سخت است چون کاری که باید انجام می‌دادیم و اتفاقاً شروع هم کردیم زمان بر بوده است. مجید تخت روانچی در نشست خبری پس از جلسه هماهنگی با مدیران بانکی و فعالان بخش خصوصی افزود: اینکه کارهایی را که ما آغاز کرده ایم به پایان برسد و آژانس آن را تأیید کند، تعیین‌روز آن سخت است اما می‌توانیم بگوییم در چند روز آینده برجام اجرا خواهد شد. وی اضافه کرد: کار طرف‌های مقابل ما در ۵+۱ راحت‌تر است زیرا تصمیم‌های خود را گرفتند و مکتوب کردند و به محض اینکه آژانس کارهای انجام شده ما را تأیید و اعلام کند به طور اتوماتیک تصمیمات آنها عملی می‌شود. عضو ارشد مذاکره‌کننده هسته‌ای افزود: هیچ موقع روز خاصی را به عنوان روز اجرای برجام اعلام نکردیم، نه اینکه نخواستیم اعلام کنیم بلکه عملی نبود اما اکنون که به انتهای کار نزدیک شدیم می‌توانیم بگوییم برجام در آینده نزدیک اجرایی خواهد شد.

تخت روانچی افزود: تمرکز ما بر محتوای کار و اجرای احسن کار و در عین سرعت است و اینکه گفتیم تا اواخر دی برجام اجرایی می‌شود، پیش‌بینی اولیه بوده است. تخت روانچی درباره نوسازی راکتور آب سنگین اراک گفت: یکی از تعهدات ما این است که راکتور اراک نوسازی و طراحی جدید شود، البته کارهایی که قرار بود در اراک انجام شود در حال انجام است و در این باره سندی میان

ایران و کشورهای ۵+۱ و نماینده عالی اتحادیه اروپا امضا شد که پایه کار است. مذاکره‌کننده ارشد هسته‌ای بیان اینکه ما مجری کار در راکتور اراک هستیم

، گفت: با استفاده از توانمندی شرکت‌ها و تخصص مهندسان داخلی قسمت خوب کار انجام شد و البته سند امضا شده میان ایران، ۵+۱ و نماینده عالی اتحادیه اروپا مبنای کار در باره راکتور اراک خواهد بود. تخت روانچی در باره قلب راکتور اراک گفت: قرار بود قلب این راکتور تعریف و طراحی جدید شود.

لغو تحریم‌های اقتصادی، تجاری، مالی و بانکی لغو با اجرای برجام

وی در باره تکلیف تحریم‌های جدید از سوی آمریکا گفت: اگر تحریمی بر خلاف روح و متن برجام انجام شود، در خود برجام صراحت دارد که نباید چنین کاری

کنند که اگر اقدام کردند از نظر ما نقض برجام حساب می‌شود و اگر به مرحله‌ای برسد که با نقض فاحش روبرو شویم، مکانیزم اجرایی آن را در کمیسیون مشترک فعال خواهیم کرد و البته پیش‌بینی نتیجه کار کمیسیون مشترک مشکل است.

تخت روانچی در باره محدودیت اعمال شده برای ویزای کسانی که به ایران سفر می‌کنند افزود: جان کری وزیر امور خارجه آمریکا گفته است «این مصوبه داخل بودجه سالانه آمریکا بوده البته آن را به نحوی امضا خواهیم کرد که خلاف تعهدات ما در برجام نباشد» و ما اگر اقدامی در مغایرت با برجام باشد مکانیزم کمیسیون مشترک را فعال خواهیم کرد. معاون اروپا و آمریکای وزیر امور خارجه افزود: درباره عملیاتی کردن دوباره سوئیت، مذاکراتی صورت گرفته تا روز اجرای برجام، کار با سرعت بیشتری پیگیری شود.

وی خاطر نشان کرد: ماده ۲۱ برجام به صراحت عنوان می‌کند که معاملات به ریال و ارائه اسکناس دلار آمریکایی به ایران ممنوعیتی نخواهد داشت ضمن اینکه محدودیت‌های تجارت دوجانبه، نقل و انتقال درآمد، خرید و پذیره‌نویسی اوراق قرضه دولتی، ارائه خدمات به بانک مرکزی و نیز انجام امور بیمه‌ای مجاز خواهد بود.

وی گفت: چنانچه در اجرای برجام، گروهی بخواهند سنگ اندازی کرده و مانع تراشی کنند که هم‌اکنون نیز شاهد آن هستیم، موادی در برجام وجود

روحانی: برخی‌ها نباید از رکود صحبت کنند



۱۶ پارس جنوبی در عسلویه اظهار داشت: در شرایطی که همه کشورهای تولیدکننده و صادرکننده نفت در مشکلات عجیب و غریبی گرفتار آمده‌اند امسال بودجه سال ۹۵ را

در شرایطی تقدیم مجلس خواهیم کرد که اتکا ما به نفت ۲۵ درصد خواهد بود. در حالی که کشورهای دیگر منطقه که بزرگترین تولیدکننده و صادرکنندگان نفت خام هستند تقریباً صد درصد اتکار و بالای ۹۰ درصد اتکا آنها به نفت است.

حسن روحانی با بیان اینکه برخی‌ها نباید از رکود صحبت کنند اظهار داشت: دولت تدبیر و امید کشور را در شرایط نفت ۳۰ دلاری اداره می‌کند نه نفت ۱۴۷ دلاری. همچنین

دولت کشور را در شرایط تحریم اداره می‌کنند در شرایط عادی. دولت علیرغم همه توطئه‌ها بر سر قول‌های خود پایبند است و انشاءالله در روزهای آینده شاهد در هم پیچیده شدن طومار تحریم در این کشور خواهیم بود. رئیس‌جمهور در مراسم افتتاح رسمی فازهای ۱۵ و

وزیر اقتصاد میزان بدهی دولت را اعلام کرد



وزیر امور اقتصادی و دارایی اعلام کرد که طبق برآوردهای اولیه میزان بدهی‌های دولت ۳۸۰ هزار میلیارد تومان است. علی طیب‌نیا در پنجمین همایش سالانه

بانکداری الکترونیک و نظام‌های پرداخت با اشاره به تنگناهای مالی موجود در اقتصاد ایران از مجموع بدهی‌های دولت و همچنین بدهی آن به بانک‌ها سخن گفت و افزود: در حال حاضر مجموع بدهی دولت طبق برآورد اولیه حدود ۳۸۰ هزار

میلیارد تومان است که از این رقم ۱۹۶ هزار میلیارد تومان بدهی خود دولت و بیش از ۱۸۰ هزار میلیارد تومان دیگر مربوط به شرکت‌های دولتی است. وی این توضیح را هم نیز اضافه کرد که اگر بدهی شرکت ملی نفت را به این بدهی حدود ۱۸۰ هزار میلیاردی اضافه کنیم، آنگاه رقم بدهی‌های دولت واقعی‌تر خواهد شد. این در حالی است که در حال حاضر بدهی شرکت ملی نفت حدود ۵۵ میلیارد دلار است.

بودجه ۹۵ فردا هم به مجلس نمی‌رود



در حالی نوبخت سخنگوی دولت در نشست خبری هفته پیش از ارائه لایحه بودجه ۹۵ و برنامه ششم توسعه روز یکشنبه یا سه‌شنبه هفته جاری

خبر داده بود که سخنگوی کمیسیون برنامه و بودجه خبر داد، ارائه بودجه و برنامه به مجلس به هفته آینده موکول شده است. یکی از افتخارات دولت یازدهم در دو سال گذشته ارائه به هنگام بودجه به مجلس در موعد قانونی یعنی ۱۵ آذر

بوده و به همین دلیل عملکرد دولت قبل را در این باره مورد نقد قرار می‌دادند. این در حالی است که امسال دولت یازدهم نتوانست به قانون عمل کند و بودجه ۹۵ در تاریخ مقرر یعنی ۱۵ آذر به مجلس ارائه نشد. محمدباقر نوبخت سخنگوی دولت هفته گذشته در نشست خبری از ارائه لایحه بودجه ۹۵ و برنامه ششم به مجلس روز یکشنبه یا سه‌شنبه هفته جاری خبر داده بود.

سلامت

نابناک

خطاهای شایع در تربیت فرزندان

هلت لاین در مقاله‌ای در باب تربیت فرزندان به برخی از اشتباهات رایج والدین اشاره کرده که به شرح زیر است:
- خودداری از توضیح نابرابری‌ها و تبعیض‌های اجتماعی: والدین دوست دارند فرزندانشان از داشتن نگاه تبعیض‌آمیز به دیگران دور باشند و به همین دلیل ممکن است از صحبت کردن در مورد تفاوت‌ها و نابرابری‌ها با فرزندانشان خودداری کنند. هرچند از آنجایی که کودکان به این تفاوت‌هایی می‌برند سکوت کردن در برابر نابرابری‌های اجتماعی را حل نیست بلکه بهتر است والدین به طور شفاف این تفاوت‌ها را به فرزندشان توضیح داده و بر اهمیت برابری و تساوی بین تمام افراد جامعه تاکید کنند.

- تحسین کردن افراطی: واضح است رشوه دادن به کودک می‌تواند انگیزه درونی او را کاهش دهد. بنابراین ممکن است کودک با دریافت یک هدیه بسیار ناچیز هم، شب‌ها زود به خواب برود اما این روش به او کمک نمی‌کند تا به اهمیت و قایده خواب خوب شبی بی‌برد. هرچند برخی از والدین آگاه‌نیستند که تحسین و تشویق هم می‌تواند تاثیر مشابه داشته باشد.

- جلوگیری از ایجاد احساسات منفی در کودک: زمانی که کودک غمگین است والدین سعی می‌کنند به سرعت کاری انجام دهند تا حال او بهتر شود اما گاهی اوقات لازم است آنان بیش از آنکه حس خوبی پیدا کنند احساسات منفی را به طور کامل تجربه کنند. دور کردن کودکان از تجربه احساسات منفی باعث می‌شود آنان به جای آنکه احساس حمایت شدن داشته باشند تصور کنند بی‌اعتبار و بی‌ارزش هستند.

- جلوگیری از بهیم خوردن اوضاع و وقوع حادثه: زمانی که کودک دچار اشتباه می‌شود طبیعی است که والدین به سرعت به دنبال راه حل و نجات فرزند خود هستند اما کودکانی که با پیامد اشتباهات خود مواجه می‌شوند بهتر می‌توانند در شرایط مختلف انعطاف پذیر باشند. زمانی که والدین به سرعت برای کمک به فرزندشان حاضر می‌شوند حس اعتماد به نفس آنان را کم اهمیت جلوه می‌دهند.

- برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های آموزشی متعدد: در نظر گرفتن فعالیت‌های برنامه‌ریزی شده متعدد امروزه برای بسیاری از کودکان به عادت تبدیل شده است. نتایج یک بررسی حاکیست، کودکانی که وقت آزاد بیشتری دارند عملکرد اجرایی بهتری از خود نشان می‌دهند. عملکردهای اجرایی و مدیریتی، مهارت‌هایی را شامل می‌شود که کودک را قادر می‌سازد تا برای خود هدف‌هایی در نظر گیرد و به آنها دست پیدا کند.

- تقض و بی‌توجهی به قوانین و مقررات خود: برخی از والدین به فرزندشان توصیه می‌کنند آنچه را من می‌گویم انجام بده نه آنچه را که من انجام می‌دهم. این عبارت شاید خوب و معمولی به نظر آید اما لزوما کارایی ندارد. کودکان بیش از آنچه به کلمات توجه کنند رفتار والدینشان را دنبال می‌کنند.

- تصور داشتن کنترل کامل بر کودک: در نهایت فراموش نکنید که در میزان تاثیرگذاری روش‌های تربیتی والدین بر کودکان محدودیت وجود دارد. والدین بر برخی از موفقیت‌های فرزندشان تاثیر می‌گذارند اما تعدادی از آنها به خلق و خو، تجربیات و انتخاب‌های آنان بستگی دارد.

درمان بی خوابی با مصرف شیربرنج



شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

شیربرنج با گل‌های قرمز

توان جسمی، ذهنی و بهبود وضعیت

خواب، باعث خوش‌رنگی رنگ

پوست نیز می‌شود. اگر شیربرنج

موجب ناراحتی گوارشی خاصی در

افراد نمی‌شود، آن را با شکر سرخ

و خلال بادام طبخ کنند و شب‌ها

یک پیاله مصرف کنند تا علاوه بر

خواص پیش‌گفته موجب بهبود وضعیت خواب، و حتی

نیکوشدن رویاهای افراد می‌شود. آب انار ترش و شیرین

با پیه داخل آن همراه کمی شکر، برای تقویت معده و

رفع خارش مفید است اما زیاده‌روی در مصرف انار ترش

موجب ایجاد زخم و خراش در جدار داخلی روده می‌شود.

زنان باردار آب نارگیل بخورند



آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

آب نارگیل در یک کاس

شفاآلاین - همواره در طول دوران

بارداری بر بسیاری از عادات

سالم زندگی نظیر رژیم غذایی،

ورزش کردن و سبک زندگی سالم

تاکید می‌شود. به گفته محققان،

نوشیدن مقادیر زیاد آب نارگیل می

تواند یکی از آن دسته از عادات

سالم غذایی باشد که فرد باید در کنار عادات سالم

دیگر انجام دهد. طبق مطالعه اخیر محققان،

مصرف آب نارگیل در طول دوران بارداری به حفظ

میزان مایعات و الکترولیت‌های مورد نیاز روزانه بدن

کمک می‌کند.

خدا حافظ خستگی!

۹ توصیه برای توقف و درمان خستگی

به اندازه کافی دریافت کنید. اغلب خانم‌ها به علت کمبود آهن، اکسیژن کافی به سلولهای خونی آنها نمی‌رسد. بدوید؛ مخصوصا همراه با دوستانتان فعالیت‌های بدنی به بالا بردن مقاومت بدن کمک می‌کند. بدن شما به فعالیت‌هایی که باعث بالا بردن مقاومت قلب و شش‌ها می‌شود و همچنین به فعالیت‌هایی که به شما انرژی می‌دهد و استرس را از بین می‌برد، احتیاج دارد.

میزان نگرانی‌ها را کاهش دهید

کمتر نگران باشید. نگران بودن نه تنها کمکی به حل مشکلات نمی‌کند بلکه شما را بیمار می‌کند. اگر در زندگی مشکل غیرقابل حلی دارید که باعث استرس می‌شود، شما باید با آن سر و کله بزنید و آن را بپذیرید. کنار گذاشتن مشکلات باعث حل آنها نمی‌شود و عاقبت از کنترل شما خارج خواهد شد. وقتی به کمک احتیاج دارید، از دیگران کمک بخواهید. اگر می‌دانید که باید تغییر کنید، راه‌هایی را که می‌توانید انجام دهید را امتحان کنید. اولین گام را برای آن چه باید انجام دهید، بردارید تا به آنچه می‌خواهید برسید.

چرت بزنید

من به قدرت چرت زدن اعتقاد دارم؛ چرت زدن تنها با بستن چشم‌ها و احساس آرامش می‌تواند حتی برای ۱۰ تا ۱۵ دقیقه شما را سرحال کند. به خودتان اجازه استراحت دهید. شما انسان هستی‌ده‌نگ آدم‌هستی. چرت زدن باعث شارژ شدن دوباره مغز می‌شود و شما را برای کار بیشتر آماده می‌کند.

خوراکی‌های انرژی‌زا بخورید

لیستی از غذاهای انرژی‌زا وجود دارد که شما را شاداب می‌کند: میوه‌ها و سبزیجاتی مانند مرکبات، توت‌فرنگی، گوجه‌فرنگی و اسفناج، نان جو و انواع نان‌های گندم، لوبیا، فلفل، ماهی سالمون، خشکبار مانند بادام و تخمه آفتابگردان.

کاهش ابتلا به سرطان با مصرف ویتامین D و کلسیم

فارس – افراد می‌توانند برای پیشگیری از سرطان، روزانه میوه و سبزی‌های تازه مصرف کنند. متخصصان تغذیه معتقدند با افزایش مصرف ویتامین D و کلسیم می‌توان از ابتلا به انواع سرطان پیشگیری کرد. همچنین به گفته متخصصان تغذیه؛ افراد می‌توانند برای پیشگیری از سرطان، روزانه میوه و سبزی‌های تازه مصرف کنند. میوه‌ها و سبزی‌ها سرشار از فیبر نیز با افزایش مصرف فیبر و کاهش بروز بسیاری از سرطان‌ها ارتباط دارد.

غذاهای پرچرب و مواد غذایی سرخ‌شده، خطر ابتلا به انواع سرطان را افزایش می‌دهند و اسیدهای چرب ترانس و اشباع در کیک، کلوچه، غذاهای حیوانی، مارگارین، روغن سرخ‌شده و چیپس از خطرناک‌ترین نوع چربی‌ها تلقی می‌شوند. بنا به اظهار پزشکان؛ بهتر است افراد برای تأمین چربی موردنیازشان از مواد غذایی مانند بادام زمینی، ماهی، غذاهای دریایی، روغن کانولا و روغن‌های گیاهی مایع (مثل روغن کنجد و روغن‌زیتون) استفاده کنند.



طبق این تحقیق، آب نارگیل سرشار از الکترولیت‌ها، کلریدها، منیزیم، کلسیم، ریبوفلاوین و ویتامین C به همراه مقادیر متوسط قند، سدیم و پروتئین است. از اینرو مصرف این ماده مغذی، یکی از بهترین منابع غذایی برای زنان باردار است. طبق اذعان پژوهشگران، مصرف آب نارگیل در اولین سه ماهه دوره بارداری به مقابله با حالت تهوع به هنگام صبح و یبوست کمک می‌کند، مانع از خشکی بدن شده، سیستم ایمنی فرد را بهبود بخشیده و موجب تسکین خستگی می‌شود.

در طول روز مقدار زیادی آب بنوشید و سطح آب بدن خود را بالا نگه دارید. خیلی از ما به اندازه کافی آب نمی‌نوشیم و متوجه نمی‌شویم خستگی مفرط ناشی از پایین آمدن سطح آب بدن است. بدن شما برای فعالیت احتیاج به مایعات دارد. حتی ماشین هم احتیاج به آب دارد؛ پس با آب خوردن موتور بدن خود را تنظیم کنید و ببینید چگونه خستگی از بین می‌رود.

از تفکر منفی پرهیز کنید

از آدم‌های منفی دوری کرده یا رابطه خود را با آنها به شدت محدود کنید. شما آدم‌هایی که هیچ وقت از زندگی راضی نیستند و هیچ وقت خوشحال نیستند را می‌شناسید. آنها همیشه شکایت می‌کنند و می‌خواهند نظرات شما را بداندند ولی هیچ‌گاه به آنها گوش نمی‌دهند و یا از کسانی که شما را تحقیر یا بسیار انتقاد می‌کنند، نیز دوری کنید. اینها آدم‌هایی با نگرش مریض هستند و همیشه شما را خسته می‌کنند و انرژی شما را کاهش می‌دهند.

آسوده بخوابید

سیکل تکمیل خواب انسان ۹۰ دقیقه است که اگر بین این سیکل بیدار شوید، احساس خستگی می‌کنید به همین علت است که اگر در طول شب ۷:۳۰ بخواهید، بعد از بیدار شدن کمتر احساس خستگی می‌کنید، تا این که ۸ ساعت بخواهید. همچنین برای داشتن خوابی راحت نباید با معده پر به رختخواب بروید زیرا باعث می‌شود سخت به خواب روید و همچنین کیفیت خواب شما را نیز از بین می‌برد.



دلیل بروز حساسیت پس از ترمیم دندان

باشگاه خبرنگاران - دکتر عبدالحمید ظفرمند دندان‌پزشک در خصوص حساسیت‌های دندان پس از ترمیم گفت: اصولاً پرکردن دندان با هر نوع ماده‌ای احتمال بروز درد‌های موقت را افزایش خواهد داد. علت عدیده‌ی بروز حساسیت عدم تناسب خصوصیات مکانیکی مواد پرکردنی با بافت دندان است چرا که گاهی اوقات پرکردگی‌های نقره‌ای به خاطر ضعف تطابق این ماده به دندان موجب بروز حساسیت‌هایی پس از ترمیم می‌شود. وی افزود: این حساسیت‌ها موقتی بوده و پس از مدت کوتاهی برطرف خواهد شد اما در صورتی که حساسیت دندان طولانی شود احتمال بالا بودن سطح پرکردگی نیز در دندان وجود دارد که این حساسیت طولانی مدت همراه با درد خواهد بود. نوع دیگری از حساسیت‌ها در مورد ترمیم‌های عمیق دندان‌ها وجود دارند این حساسیت‌ها بیشتر مورد توجه پرکردگی‌های نقره‌ای است لذا به بیماران توصیه می‌شود در حین پرکردگی‌های عمیق از مواد غذایی جامد و مایع به صورت خیلی سرد و خیلی گرم خودداری می‌شود.



یونایتد قیمت مروان فلاینی را اعلام کرد

باشگاه منچستریونایتد برای بازیکن بلژیکی خود قیمت تعیین کرد. منچستریونایتد در سپتامبر سال ۲۰۱۳ مروان فلاینی را با قیمت ۵/۲۷ میلیون پوند از اورتون به خدمت گرفت. دیلی میر خبر داده که باشگاه منچستریونایتد در نظر ندارد این بازیکن بلژیکی را کمتر از ۲۴ میلیون پوند بفروشد. منچستریونایتد همچنین اعلام کرده تحت هیچ شرایط حاضر نیست فلاینی را به طور قرضی در اختیار تیم دیگری قرار دهد. میلان یکی از تیم‌هایی است که برای خریدن فلاینی پیشقدم است.

سر مربی تیم فوتبال رئال بتیس برکنار شد

سر مربی تیم فوتبال رئال بتیس به دلیل کسب نتایج ضعیف از سمت خود برکنار شد. تیم بتیس شبیه شب با نتیجه یک بر صفر مقابل ختافه تن به شکست داد و اکنون در خطر سقوط به دسته پایین تر فوتبال اسپانیا قرار دارد. پیه مل، مربی پیشین تیم فوتبال وستهم، در دسامبر سال ۲۰۱۴ هدایت بتیس را بر عهده گرفته بود. وی از فوریه سال ۲۰۱۰ تا دسامبر سال ۲۰۱۳ هم هدایت این تیم را بر عهده داشت. در بیانیه سایت باشگاه بتیس آمده است: رئال بتیس از زحمات پیه مل تشکر می‌کند و برای آینده حرفه‌ای این مربی بهترین آرزوها را دارد. این باشگاه اسپانیایی هنوز نامی از جایگزین این مربی اعلام نکرده است.

جلسی به دور چهارم صعود کرد

تیم فوتبال جلسی در رقابتهای جام حذفی انگلیس برابر اسکانتورپ به بردی آسان دست یافت. آبی پوشان لندن شامگاه روز یکشنبه در چارچوب مرحله سوم رقابتهای جام حذفی انگلیس در ورزشگاه اسمفورد بریج به مصاف تیم گمنام اسکانتورپ رفتند و این تیم را با شکست ۲ بر صفر بدرقه کردند. شاگردان گاس هیدینک با این برد به مرحله چهارم مسابقات راه یافتند. دیه گو کاستا (۱۳) و رولن لوفتس چک (۶۹) در این بازی گل‌های تیم جلسی را به ثمر رساندند.

امیدوارم سال بعد توپ طلا به اوزیل برسد

آرسن ونگر، سرمربی آرسنال معتقد است که توپ طلای امسال به مسی می‌رسد ولی برای برنده شدن اوزیل در سال آینده اظهار امیدواری کرد. امشب در زوریخ مراسم توپ طلا برگزار خواهد شد و از بین مسی، نیمار و رونالدو، یکی برنده عنوان بهترین بازیکن سال می‌شود که البته شانس فوق ستاره آرژانتینی بیشتر از رقبای خود است. آرسن ونگر در نشست خبری خود در پاسخ به سوالی در مورد اینکه اوزیل می‌تواند در آینده برنده توپ طلا شود یا خیر گفت: "پیش از این بارها گفته‌ام که من مخالف جوایز اینچینی هستم. امسال مسی این عنوان را به دست می‌آورد اما امیدوارم اوزیل بتواند در سال‌های آتی توپ طلا را ببرد. مهم این است که ما یک تیم ورزشی هستیم و اهمیت دادن به جوایز فردی چندان مطلوب من نیست. ما در دنیای زندگی می‌کنیم که همه چیز حول محور فردگرایی است. فوتبال یک ورزش تیمی است و این همه اهمیت دادن به یک جایزه فردی، مخالف ارزش‌های فوتبال است."

شمسای باقدردانی از کادر پزشکی که پیش از مسابقات آسیایی او را تحت مداوا قرار داده بودند گفت: جا دارد اینجانتشکر ویژه‌ای از کادر پزشکی‌ای داشته باشم که تلاش زیادی برای آماده‌سازی من پیش از بازی‌های آسیایی داشتند. من بایبی سی‌ال پاره در مسابقات آسیایی در مسابقات حاضر شدم و دکتر نوروزی و خانم محمدی کمک زیادی کردند تا برای این مسابقات آماده شوم و با تمام وجود زحمت کشیدند و همه این چیزها دست به دست هم دادند تا این عنوان را کسب کنم و جا دارد تشکر ویژه‌ای از آنها کنم.

شمسای اما یک روز قبل از هفته پایانی مسابقات لیگ برتر فوتسال بازهم از جواب صریح دادن به زمان خداحافظی اش امتناع کرد.

در مورد خداحافظی اش از فوتسال بعد از لیگ برتر گفت: «من حدود ۵۰ روز مصدوم بودم که این مصدومیت از نظر جسمی ضربه شدیدی به من وارد کرد. در حال حاضر تمام تمرکز من برای بازی گذاشتم و بعد از اتمام مسابقات لیگ تصمیم نهایی را در مورد خداحافظی ام از فوتسال می‌گیرم.»



پایان هنر نمایی شمسایی؟!!

اسطوره از فوتسال خداحافظی می‌کند

بهترین بازیکن آسیا

در حالی بحث خداحافظی وحید شمسایی مطرح می‌شود که وی چندی پیش بازهم بهترین بازیکن فوتسال آسیا شد. ستاره فوتسال ایران که ۴۰ سالگی را رد کرده در گفت‌وگویی کوتاه با ورزش سه، درباره این عنوان گفت: خدا را شکر می‌گویم بابت لطفی که به من داشته و این‌را باید همین ابتدا بگویم که وحید شمسایی دوست دارد همیشه بهترین باشد. همیشه بهترین جایزه و عنوان را به خود اختصاص دهد و هیچ‌وقت از کسب عنوان برترین سیر نمی‌شوم. وی ادامه داد: ۴۰ سالگی را پشت سر گذاشتم و هیچ‌وقت برلیم سن و سال مطرح نبوده و همیشه دنبال بهترین‌ها بوده‌ام. همین‌جا، جا دارد این عنوان را نیز به خانواده بزرگ تاسیسات دریایی و آقای دکتر منوچهری تبریک بگویم و تبریک ویژه‌ای هم به مردم خوب کشورم که طی این سال‌ها همیشه حامی بزرگی برای من بوده‌اند. شمسایی که از دریافت این عنوان برای ششمین بار خوشنود بود در پایان گفت: تاکنون ۵ بار این عنوان را دریافت کرده بودم و ۲ بار در مراسم حاضر بودم و ۳ بار دیگر هم برایم آن‌را آورده‌اند و اکنون ششمین بار است که کسب کرده‌ام. خوشحالم بابت اعتبار و افتخاری که برای کشورم کسب کردم و آن را تقدیم مردم عزیز کشورم می‌کنم.

همانند دیگر شغل‌ها، بازیکنان فوتسال هم وجود دارد اما سن آن متفاوت است. برخی‌ها خیلی زود و برخی‌ها خیلی دیر از بازی کردن بازنشسته می‌شوند. در این بین بعضی‌ها پس از بازنشستگی در کسوت مربی‌روی نیمکت می‌نشینند و در قالبی دیگر به رقابت‌ها بر می‌گردند. وحید شمسایی از جمله ستاره‌های فراموش ناشدنی فوتسال کشورمان است که در سن ۴۰ سالگی هم حرف‌هایی برای گفتن دارد. آیا او از فوتسال خداحافظی می‌کند؟!

ایزود اول

وحید شمسایی فروردین ماه گذشته برای دومین سال پیاپی قهرمانی در لیگ را تجربه کرد. او در ۴۰ سالگی ۱۹ گله به ثمر رساند و موثرترین مهره تاسیسات دریایی در راه قهرمانی بود. شمسایی که پرافتخارترین چهره فوتسالی تاریخ این رشته در آسیا به حساب می‌آید حالا در عرصه مربیگری می‌خواهد راه دوران بازیگری خود را ادامه دهد. شمسایی البته حتی در ۴۰ سالگی هم برای خداحافظی از میادین دچار تردید است. وی در مورد قهرمانی در سن ۴۰ سالگی گفت: آنقدر گفتند که ۴۰ سال شده که آخر چشمم زدند و مصدوم شدم. من امسال خیلی بهتر از پار سال بودم. وقتی بازی‌های خود را آنالیز کردم دیدم که امسال آماده‌تر شدم ولی این اواخر آنقدر گفتند که چشمم خوردم و مصدوم شدم. واقعیت این است که بعد از قهرمانی دبیبری می‌خواستم خداحافظی کنم اما گفتم بعد از جام باشگاه‌های آسیا این کار را کنم که بیماری همسرم اجازه این کار را نداد. اما از ماندگاری از دید شمسایی چیست؟ او در این خصوص گفت: معتقدم که باید برای زندگی برنامه داشت. من در گذشته خیلی خوب تمرین کرده بودم تا در این سال‌ها حاصل آن تمرینات را استفاده کنم. خوب تمرین کردن و سالم زندگی کردن در کنار تفرکات حرفه‌ای داشتن باعث می‌شود که در این سطح باقی بمانید. به نظرم بازی کردن به سن و سال ربطی ندارد. شما اگر واقعا می‌خواهید به جایی برسید باید از خیلی لذایذ زندگی بگذرید. البته خیلی راحت می‌توانید هر کاری کنید و از شرایط استفاده لازم را کنید. ولی برای پیشرفت باید قید خیلی چیزها را بزنید. من از سال ۷۸ تا به امروز نه نوشابه خورده‌ام و نه برنج. برای اینکه وزنم بالا نرود و آمادگی خودم را حفظ کنم اینطوری زندگی کرده‌ام. حالا البته ۴۰ ساله شدم و دیگر آب هم می‌خورم روی وزنم تأثیر می‌گذارد و چربی بدنم اضافه می‌شود. حالا دیگر خیلی چیزها ناخواسته هستند. دیگر میوه هم می‌خورم روی وزنم تأثیر می‌گذارد. شمسایی در پاسخ به اینکه همچنان می‌خواهید به بازی کردن ادامه بدهید؟ پاسخ داد: نمی‌دانم. واقعا هیچ چیزی مشخص نیست. باید ببینم وضعیت پایم چطور می‌شود. اگر بتوانم بمانم که این کار را می‌کنم.

ایزود دوم

اول اردیبهشت ماه سال جاری امیر شمسایی در گفتگو با مهر، درباره اینکه آیا وحید شمسایی امسال هم همانند سال گذشته هم‌زمان بازی و مربیگری خواهد کرد یا خیر؟، تأکید کرد: وحید الان در آستانه ۴۰ سالگی است ولی او واقعا دو برابر بازیکنان جوان تمرین می‌کند و جوان‌ها هم جلوی او کم می‌آورند. مربی تیم فوتسال تاسیسات دریایی با بیان اینکه وحید فعلا فیزیوتراپی می‌کند، گفت: او زندگی سالم و حرفه‌ای داشته و به نظرم سن و سال اصلا ملاک مناسبی برای بازی کردن نیست. هرچند فکر می‌کنم امسال، سال آخر بازی وحید باشد که می‌خواهد با قهرمانی در لیگ و آسیا با افتخار بازی کردن را کنار بگذارد.

خبر آخر

مظلومی: از حضور تیموریان استقبال می‌کنیم

پرویز مظلومی پیش از آغاز تمرین روز دوشنبه تیمش در جمع خبرنگاران گفت: سه، چهار روز است که تمرین هایمان را در دو نوبت برگزار می‌کنیم و شروع کارمان روی مسنال بدنی است. در حال حاضر دو، سه بازیکن مصدوم داریم که تلاش می‌شود به شرایط بازی برسند و سه بازیکن هم در تیم امید داریم که در کنار ما نیستند. ما تلاش می‌کنیم تا روند صعودی خود را در نیم فصل دوم هم ادامه دهیم.

وی در پاسخ به سوالی درباره آندرانیک تیموریان گفت: آندو بازیکن ماست یعنی استقلال است و ما مشکلی با او نداریم. اگر مشکلی نباشد، ما از حضور او استقبال می‌کنیم. او بازیکن بسیار متعصبی به استقلال است. البته ما بازیکنان دیگری را هم در نظر داشتیم مثل رحمانی و شجاعیان که نتوانستیم آن‌ها را جذب کنیم.

سر مربی استقلال در پاسخ به سوالی درباره اینکه آیا تیمش به دنبال جذب رسول نویدکیا است تصریح کرد: دوست داریم این بازیکن به جمع ما اضافه شود.

امیدوارم مستولان سپاهان اجازه دهند این بازیکن به ما ملحق شود.

مظلومی درباره مسعود شجاعی گفت: ما صحبتی با این بازیکن نداشته‌ایم. البته شجاعی بازیکن خیلی خوبی است. گزینه‌های زیادی داریم که می‌خواهیم آن‌ها را جذب کنیم. قرار بود تا امروز هم به من درباره یکی از این بازیکنان خبری داده شود که هنوز مذاکرات ما با آن بازیکن باز است. در حال حاضر فرصت را از دست می‌دهیم و اگر نتوانیم بازیکن داخلی بگیریم، به دنبال گزینه‌های خارجی می‌رویم. او در پاسخ به سوالی درباره مسئول نقل و انتقالات استقلال و اینکه گفته می‌شود نظری جوئیاری از استقلال قهر کرده است، گفت: آقای نظری قهر نکرده‌اند. ایشان با توجه به مشغله‌ای که داشتند استعفا دادند. البته از آقای نظری و امیری بابت بستن استقلال در ابتدای فصل تشکر می‌کنم. آن‌ها تیم بسیار خوبی را بستند. الان آقای توفیقی این کارها را انجام می‌دهند.

او در پاسخ به سوال که آیا توفیقی می‌تواند تیم خوبی را ببندد، گفت: باید به ایشان فرصت دهیم تا ببینیم چه می‌شود.

زیزو: من تازه آمده‌ام

حمله بکشیم.»

تنها چیزی که در این بازی جایش خالی بود یک گل از کریستیانو رونالدو بود که هیچ یک از ۱۰ ضربه‌اش راهی به دروازه میهمان پیدا نکرد.

زیدان گفت: «کریستیانو همیشه باید گل بزند چون خودش این را می‌خواهد اما به نظرم خوشحال می‌آمد مثل بقیه بازیکنان. مافقط به پیروزی فکر می‌کردیم درست مثل او. ما بازی‌های دیگری برای او داریم که گل بزند.»

زیدان ادامه داد: «بهترین موضوع تیم ما در این بازی این بود که توپ را خوب به حرکت درآوریم، خوب تمام کردیم و فرصت‌های گلزنی زیادی ایجاد کردیم. هدف ما این بود که حمله را از دفاع شروع کنیم و هر جا که ممکن باشد منطلقه بازی را عوض کنیم. این کار را کردیم اما می‌توانیم بهتر شویم. باید در زمینه پرس توپ پیشرفت کنیم اما عجله نکنید من تازه آمده‌ام و باید سخت کار کنیم. فقط مربی تیم عوض شده و من تلاش می‌کنم که شیوه‌ای که می‌خواهم را تحمیل کنم. همین.»

هواداران حاضر در برناتو این اواخر حتی وقتی رئال بازی‌هایش را راحت می‌برد، رونالدو، رافائل بنیتس و فلورنتینو پرس را هو می‌کردند اما زیدان از جو مثبت ورزشگاه که از ابتدا تا انتهای بازی حاکم بود، تعریف کرد:

«از دقیقه اول از ما حمایت شد. این بازی اول بود و باید ببینیم در مسابقه بعدی چه اتفاقی می‌افتد. ایده من این است که خوب فوتبال بازی کنیم و برنده شویم. هواداران امروز خیلی راضی بودند.»

سرخپو راموس بین دو نیمه تعویض شد و زیدان گفت بازیکن تیم ملی اسپانیا ضرب دیده بود و برای احتیاط بیرون کشیده شد. بازی بعدی رئال مادرید برابر اسپورتینگ خیخون خواهد بود که در هفته اول رقابت‌های این فصل در خانه‌اش تیم رافائل بنیتس را متوقف کرد.

استقبال گرم از مربی جدید

طرفداران رئال مادرید در بازی با دیورتیوولا کرونیاسرحال بودند و هنگامی که گوینده ورزشگاه نام بازیکنان و مربیان را اعلام کرد نام زیدان را فریاد می‌زدند. آنها در زمانی که نام زیدان خوانده شد او را ایستاده تشویق کردند. این رفتار آنها بسیار با دوران رافائل بنیتس فرق دارد. آنها در آن هنگام بنیتس را هو می‌کردند. طرفداران تمامی بازیکنان ترکیب اصلی و ذخیره تیمشان را در هنگام خوانده شدن نامشان تشویق کردند و البته تشویقشان برای مربی تیمشان از همه بلندتر بود. زمانی که گوینده ورزشگاه گفت: «زین الدین»، همه فریاد زدند: «زیدان!» آنها سپس برای او دست زدند.

اینستوگرافی



سوشا مکانی یک روز پس از آزادی در تمرین پرسپولیس حاضر شد.

چهره روز

آقای توپ طلا

تا ساعاتی دیگر مراسم توپ طلا برگزار می‌شود این بار بنا به یک گاف خبری همه از پیش می‌دانند که لیونل مسی برنده نهایی این جایزه است. چند روز پیش برخی رسانه‌های انگلیسی خبر دادند که لیونل مسی برنده توپ طلای سال خواهد شد و مراسم امشب تقریباً نمایشی است.



از آن همه دیروز / بازخوانی تاریخ

بنیان‌گذار داستان کوتاه فارسی



سید محمدعلی جمال‌زاده، نویسنده و مترجم نامدار معاصر، ۲۳ دی ۱۲۷۰ در اصفهان متولد شد. او را پدر داستان کوتاه زبان فارسی و آغازگر سبک واقع‌گرایی در ادبیات فارسی می‌دانند. او نخستین مجموعه داستان‌های کوتاه ایرانی را با عنوان یکی بود، یکی نبود در سال ۱۳۰۰ خورشیدی در برلین منتشر کرد. داستان‌های وی انتقادی (از وضع زمانه)، ساده، طنزآمیز و آکنده از ضرب‌المثل‌ها و اصطلاحات

عامیانه است. جمال‌زاده روز هفدهم آبان ۱۲۷۶ در شهر ژنو درگذشت. بنا بر نوشته ثبت شده در کنسولگری ایران، پس از درگذشت او ۲۶ هزار برگ از نامه‌ها، دست‌نوشته‌ها و عکس‌های او در خانه‌اش به سازمان اسناد ملی تحویل داده شد. او بیشتر عمر خود را در خارج از ایران سپری کرد. اما می‌توان گفت تمام تحقیقاتش درباره ایران، زبان فارسی و گسترده کردن دانش ایرانیان بود. محمدعلی جمال‌زاده را همراه با صادق هدایت و بزرگ علوی سه بنیانگذار اصلی ادبیات داستانی معاصر فارسی می‌دانند. داستان کوتاه «فارسی شکر است» را که در کتاب یکی بود یکی نبود او چاپ شده‌است، عموماً به عنوان نخستین داستان کوتاه فارسی به شیوه غربی می‌شمارند. این داستان پس از هزار سال از نثرنویسی فارسی نقطه عطفی برای آن به‌شمار می‌رفت. مقدمه او بر کتاب یکی بود یکی نبود در واقع بیانیه نثر معاصر فارسی است. در این مقدمه جمال‌زاده مواکداً بیان می‌کند کاربرد ادبیات مدرن نخست بازتاب فرهنگ عامه و سپس انعکاس واقعیت‌های اجتماعی است. سر و ته به کراس با، دارالمجانین، صندوقچه اسرار، تلخ و شیرین، و قصه‌های کوتاه برای بچه‌های ریش‌دار، از دیگر آثار داستانی اوست.

خودزنی / محیط‌زیست

خطر وقوع سیل در بندر انزلی

معاون امور تالاب‌های سازمان حفاظت محیط زیست ضمن اشاره به اینکه کوتاه‌بینانه است که وضعیت تالاب‌ها را به خاطر بارش‌ها مطلوب ارزیابی کنیم، گفت: به دلیل کاهش حجم مخزن و قدرت ذخیره‌سازی تالاب انزلی خطر وقوع سیلاب و ایجاد خسارت‌های جبران‌ناپذیر در بندر انزلی وجود دارد. مسعود باقرزاده کریمی با اشاره به اینکه نوسانات سطح آب تالاب‌ها بخصوص در مناطقی که تبخیر بیشتر از بارندگی است، در طول سال بسیار است و این ماهیت تالاب‌هاست، گفت: اینکه در پاییز وزمستان سطح آب تالاب‌ها بالا می‌آید، پدیده جدیدی نیست و روال طبیعی است، اما نگرانی این است که در تابستان به علت استفاده منابع آبی تالاب‌ها در بالادست و محدود شدن منابع آبی، این خشکی شدیدتری می‌شود.

وی با بیان اینکه پرندگان مهاجر به نوسانات تالاب‌ها عادت کرده‌اند، اما اگر کل تالاب یا بخش بسیاری از آن خشک شود و غلظت نمک افزایش یابد کار مشکل می‌شود، اظهار کرد: ورود آب به تالاب‌ها در فصل پاییز وزمستان امسال اتفاق خوبی است، ولی این موضوع هیچ ربطی به مدیریت ما ندارد و حسن و قبحی برای ما محسوب نمی‌شود. طبیعت در حال انجام کارکرد خود است و در برنامه‌های مدیریتی تالاب‌ها تنش مثبت و منفی اجرا نمی‌کند و کوتاه‌بینانه است که بخاطر بارش‌ها وضعیت تالاب‌ها را مطلوب ارزیابی کنیم و شش ماه بعد را مدنظر نداشته باشیم.

معاون امور تالاب‌های سازمان حفاظت محیط زیست با اشاره به اینکه آبی وارد دریاچه ارومیه شده، ولی بسیار کم عمق است، افزود: تالاب بختگان هم مانند دریاچه ارومیه آب بسیار کم عمقی دارد که در تابستان به سرعت تبخیر می‌شود، بنابراین باید سعی کنیم بدهی به طبیعت را پرداخت کنیم. وی با تأکید بر اینکه اصطلاح بدهی به طبیعت یک اصطلاح جهانی است، گفت: طبق نقشه‌هایی سهم بدهی به طبیعت کشورهای مختلف دنیا در موضوع آب مشخص و دسته‌بندی شده است. ایران جزو کشورهای خاص دنیا از لحاظ بدهکاری آب به طبیعت است، در حالی که هرچقدر بیشتر بدهکاری به طبیعت پرداخت شود، کارکردها و خدمات بیشتری می‌توان از آن انتظار داشت.

کریمی با تأکید بر اینکه باید بشر بده بستان خود با طبیعت را تنظیم کند، اظهار کرد: مصرف بیش از حد از حق آبه طبیعت و گسترش بی‌رویه کشاورزی به بهانه نبود شغل و محل درآمد، باعث می‌شود در افق بلندمدت طبیعت خود را با شرایط طوری سازگار کند که انسان‌ها از خدمات آن محروم شوند. برای مثال آزال گول یا دریاچه آزال امروزه در نقشه‌ها تبدیل به آزال قوم یا شنزار آزال شده است و اگر فکری برای احیای دریاچه ارومیه نکنیم، همین اتفاق برای آن هم خواهد افتاد و تبدیل به شنزار ارومیه خواهد شد.

کریمی در ادامه در مورد وضعیت کنونی تالاب انزلی با اشاره به اینکه به علت تخریب جنگل‌ها و مراتع بالادست در دامنه شمال البرز، رودخانه‌ها رسوبات بسیاری وارد تالاب انزلی می‌کنند، گفت: عمق تالاب انزلی به شدت کاهش یافته و این بزرگ‌ترین خطری است که این تالاب و بندر انزلی را تهدید می‌کند که از نگاه مسئولان مغفول مانده است.



یادداشت روز

ارتباط بین حمله به سفارت و تکه پاره کردن هاشمی

سیدعبدالجواد موسوی | همه گروه‌ها و جناح‌های سیاسی، حمله به سفارتخانه و کنسولگری عربستان را محکوم می‌کنند. سخن از دستگیری عده‌ای از آنها هم در میان است. حتی برخی از آدم‌های مهم، حمله‌کنندگان را شیعه انگلیسی خواندند و عده‌ای هم صراحتاً این گروه خشن را مصداق نفوذ دانستند. با این همه مطمئنم این گروه خودش و خشن حالاحالاها مأموریتشان را ادامه دارد و بازی «به آهو می‌گویند بدو و به تازی می‌گویند بگیر» به این زودی‌ها به پایان نمی‌رسد. علت هم دارد. اگر حقیقتاً این نیروها خودش بودند مقابله با آنها کار دشواری نبود. اندک‌اراده‌ای کافی بود تا نیروهای امنیتی کار این گروه به اصطلاح خودش سر را برای همیشه یکسره کنند. در توانمندی نیروهای امنیتی جمهوری اسلامی کمتر کسی شک دارد. آنها که می‌توانند یکی از مزدوران تروریست را در آسمان دستگیر کنند و در اندک‌زمانی همه اعوان و انصارش را به دیار باقی بفرستند، زید پتر از این حرف‌ها هستند که در مقابل مشت‌نیروی به اصطلاح خودش که همهٔ حیثیت دیپلماتیک و اقتدار یک کشور را به بازی گرفته‌اند، کم بیآورند. اما مشکل این است

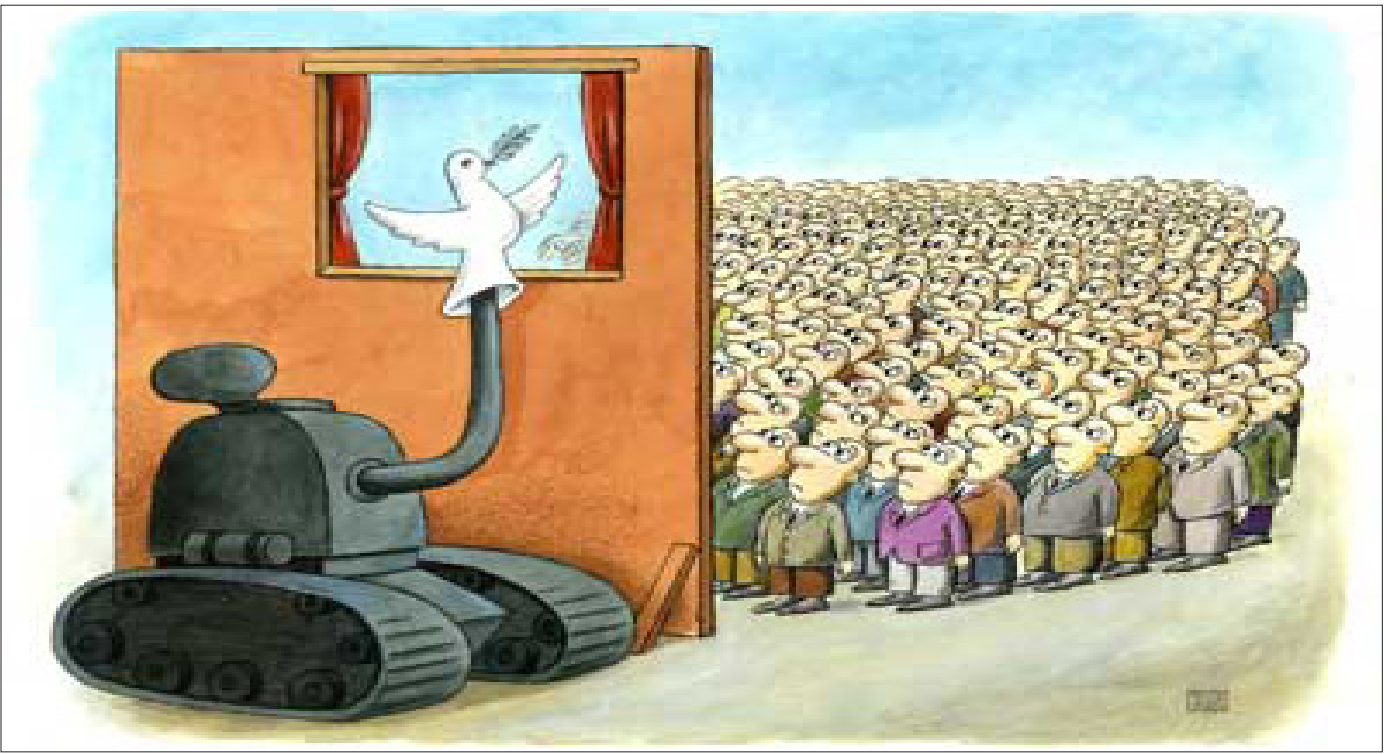
والت دیسنی چندبار ورشکست شد؟

نگاهی به کتاب «هرگز رهایم مکن» اثر جویس مایر

والت دیسنی در روزگار جوانی به دلیل اینکه کارمند مستعدی نبود و ایده‌های جذابی نداشت از کار اخراج شد او آن زمان در روزنامه کار می‌کرد. اما چه شد که باوجود چنین شکستی به یکی از چهره‌های موفق تاریخ بدل شد. او تا رسیدن به موفقیت پنج بار دیگر ورشکست شد، اما سرانجام توانست توانایی خود را به اثبات برساند. امثال والت دیسنی چندان هم کم‌شمار نبوده‌اند؛ کسانی که با پشتکار خود شکست‌های‌شان را به پیروزی بدل ساختند. زندگی چنین چهره‌هایی به ما درس‌های بسیاری می‌دهد. در حوزه روان‌شناسی کتاب‌های بسیاری منتشر شده، با اهداف و روش‌های مختلف، اما اگر میزان استقبال و تداوم کار یک نویسنده در این حوزه را مصداقی از موفقیت او و روش کار او بدانیم، نویسنده کتاب «هرگز رهایم مکن» که به تازگی به همت نشر قطره روانه بازار کتاب شده از جمله چهره‌های موفق این حوزه محسوب می‌شود. جویس مایر تاکنون هفتاد کتاب در حوزه روان‌شناسی منتشر کرده است و به اعتبار نظر نیویورک تایمز یکی از موفق‌ترین و پرفروش‌ترین نویسندگان این حوزه است. با آثاری نظیر «زن و اعتماد به نفس»، «من تو را می‌خواهم»، مجموعه کتاب‌های «میدان جنگ ذهن» و… اما یکی از مهم‌ترین دلایل موفقیت جویس مایر استفاده از روش‌های متفاوت و منحصر به‌فرد است. علاوه بر اینکه او در برخی آثار خود از زبان داستان برای انتقال مفاهیم روان‌شناسی استفاده کرده است، به دلیل این ویژگی شناخته می‌شود که مذهب را با روان‌شناسی در آمیخته و به شکلی کاربردی از مفاهیم موجود در کتاب مقدس برای تعلیماتی که ارائه می‌کند بهره می‌برد.

وقتی به ارتباط فطری انسان‌ها با مذهب توجه داشته باشیم، به راحتی در خواهیم یافت که چرا چنین روشی با اقبال خوانندگان کتاب‌های او روبه‌رو می‌شود: «من معتقدم که خداوند هدف بزرگی برای شما در نظر گرفته است و از شما می‌خواهم که به چیزی کمتر از آن قانع نشوید. خداوند

گردش روزگار برعکس است



گرگ در لباس میش!

طرح: کنستانتین سیوسو؛ پدر کارتون رومانی

با کاروان حله / اخبار هنر

درخشش دی کاپریو در گلدن گلوب



هفتاد و سومین دوره جوایز گلدن گلوب در کالیفرنیا برگزار شد و فیلم «بازگشته از گور» و ستاره فیلم لئوناردو دی کاپریو دو جایزه اصلی هفتاد و سومین دوره جوایز گلدن گلوب را از آن خود کردند، الخاندرو گونزالس ایناریتو نیز برنده جایزه بهترین کارگردانی گلدن گلوب شد. نحوه انتخاب برندگان از میان نامزدهای جوایز، بسیاری را شگفت‌زده کرد و مهر باطلی بر بسیاری از پیش‌بینی‌ها زد. البته در زمان اعلام نامزدهای جوایز نیز بسیاری از قرار گرفتن فیلم «مریخی» در میان نامزدهای جایزه بهترین فیلم کمدی یا موزیکال شگفت‌زده شده بودند، و جالب اینکه همین تریلر علمی تخیلی جایزه بهترین فیلم موزیکال یا کمدی را گرفت و مت‌دیمن نیز برای بازی در نقش یک فضانورد سرگردان بر کره مریخ جایزه بهترین بازیگر نقش اول مرد در یک فیلم کمدی را دریافت کرد. «بازگشته از گور» درامی تاریخی است که در شرایط طبیعی بسیار دشوار فیلمبرداری شده، به گونه‌ای که خود ایناریتو آن را سخت‌ترین کار دوران فعالیت حرفه‌ای خود می‌داند و در عین حال می‌گوید: «درد موقتی است اما یک فیلم تا همیشه باقی می‌ماند.» جوایز اصلی شاخه‌ی بازیگری را لئوناردو دی کاپریو و بری لارسون به ترتیب برای بازی در «بازگشته از گور» و «اتاق» از آن خود کردند. در چند روز دیگر نامزدهای نهایی اسکار اعلام خواهند شد و برنده شدن جایزه گلدن گلوب احتمالاً تأثیر زیادی در قرار گرفتن نام یک بازیگر در این فهرست خواهد داشت. باید دید آیا طلسم بردن اسکار برای دی کاپریو شکسته خواهد شد یا خیر؟

توفیق نمی‌شود به زاری حاصل
ور عمر، عزیز است چه خواری حاصل
چون یاد ز گردیدن بیهوده چه چیز
کودیم به غیر جانسپاری حاصل؟
(سلمان ساوجی، قرن هشتم، رباعیات)

سوت‌بان



هرگز رها مکن

نویسنده: جویس مایر

مترجم: مرجان سادات سیدزamani

نشر قطره

قیمت: ۲۱ هزار تومان

صفحه ۳۱۸

استفاده از پشتکار به توفیق رسید. او در این کتاب به سراغ نمونه‌هایی واقعی رفته است؛ انسان‌هایی که با وجود رخ دادن اتفاق‌هایی حزن‌انگیز کماکان به مشکلات خود غلبه کرده‌اند و حتی برخی از آنها به موفق‌ترین آدم‌های روزگار خود بدل شده‌اند.

این کتاب در ۱۶ فصل و به شکلی کاربردی و ملمو از شاهد مثال‌های گوناگون از زندگی اشخاص موفق در زمینه‌های مختلف نوشته شده است. نویسنده برای تأثیرگذاری بیشتر مطالب به سراغ افرادی رفته که از دل شکست راه به موفقیت گشوده‌اند؛ با این هدف که هیچ‌گاه برای موفقیت و تلاش دیر نیست.

یخ گردشگری تهران و مسکوب آب می‌شود



معاون گردشگری چهارشنبه هفته جاری برای رایزنی با هم‌نمای خود به مسکومی‌رود تا شاید دروازه‌های ایران روسیه به روی گردشگران دو کشور گشوده‌تر شود. علی‌باقر نعمتی، مدیرکل بازاریابی و تبلیغات گردشگری سازمان میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری به خبرنگار گردشگری ایسنا گفت: مطالعات جامعی درباره سلیقه گردشگران روس صورت گرفته‌موبر اساس نتایج آن مطالعات، حرکت خواهیم کرد. او درباره سفر هیاتی به

سرپرستی مرتضی رحمانی موجد، معاون گردشگری کشور باهمراهی تعدادی از مدیران دفاتر خدمات گردشگری و تورگردانان ایرانی به مسکو توضیح داد: قرار است دیدارهایی با مقامات، بخش خصوصی و دولتی گردشگری روسیه صورت گیرد تا زمینه‌های همکاری‌های درازمدت‌برای توسعه گردشگری بین دو کشور فراهم شود. «نعمتی» درباره قراردادها و توافق‌های قبلی ایران روسیه در موضوع گردشگری، گفت: قرارداد‌های قبلی چارچوب حقوقی داشتند، ولی این سفر رویکردی اجرایی دارد و به منظور تسهیل زمینه همکاری‌ها بین دو کشور، رودر رو قراردادن بخش خصوصی ایران روسیه و پشتیبانی کردن از همکاری‌های فی‌مابین انجام می‌شود تا این بخش با اطمینان از حمایت‌های دولتی تعاملات درازمدتی را آغاز کند. وی همچنین از هماهنگی با روس‌ها برای حضور رئیس آژانس گردشگری فدرال روسیه به همراه تعدادی از تورگردانان این کشور در نمایشگاه بین‌المللی تهران که بهمن ماه امسال برگزار می‌شود، خبر داد و افزود: تلاش می‌شود در حاشیه این نمایشگاه، مذاکرات مسکودر ایران ادامه پیدا کند تا به‌نزدیکی بیشتر تورگردانان دو کشور منجر شود.

این خاطرات جناب آقاآیهرانی جمله‌ای گفته‌اند که مرا به نتایج چند سطر پیش رساند. ایشان در توضیح این نکته که اصولاً با کارهای خشن میان‌ه‌ای ندارند و حمله به آقای لاریجانی در قم به هیچ‌وجه ربطی به ایشان و دوستان ایشان نداشته می‌گوید: «در صحبتی که دربارۀ آقای هاشمی رفسنجانی کردم گفتم اگر بنا بود امر به معروف و نهی از منکر فیزیکی بکنیم باور کن خاتمی و تو را می‌زدیم تکه تکه پاره می‌کردیم.» فکر نمی‌کنم این جمله نیاز به شرح و تفسیر داشته باشد. کاملاً واضح و روشن است که جناب آقاآیهرانی چه می‌گوید و با که می‌گوید. مشکل خاصی هم نیست. به هر حال این هم شکلی از سیاست‌ورزی در مملکت ماست، اما مشکل این است که این حرف را معلم اخلاق می‌زند که از قضا لباس عالمان دین را به تن دارد، و مادام که چنین است نمی‌توان از نوجوانی که تاریخ انقلاب را از صدا و سیما، و امر به معروف و نهی از منکر را از چنین معلمی فراگرفته، انتظار داشت در سفارت رانشکند و دهان به دشنام نگشاید و دلسوزان و بزرگان مملکت را به سخره بگیرد. (منبع: خبر آنلاین)